علم النفس
وأهميته في حياتنا

أ.د. أبراهيم عصمت مطاوع

د . إبراهيم عصمت مطاوع

علم النفس
وأهميته في حياتنا



دار المعارف

تصميم الغلاف : شريفة أبو سيف

الناشر : دار المعارف - ١١١٩ كورنيش النيل - القاهرة ج . م . ع .

مقدمة

فى هذا الكتاب محاولة متواضعة وهادفة وجادة لربط حقائق علم النفس بالحياة
يومية للأفراد والجماعات ، وهى تأتى من منطلق الإيمان الجازم بأن الثقافة النفسية
برورة ملحة للمواطن العادى وهى تفيد فائدة كبيرة فى النهوض بالأفراد والأمم .
لعين على اكتشاف الأفراد والجماعات لنفسها والتعرف على قدراتها وميولها
تجاهاتها وقيمها ومهاراتها وخبراتها ومفاهيمها . وتجعلها تتعرف على الدوافع
لعواطف والحاجات والأغراض ، وتبين حقائق علم النفس والحياة كيف يتعلم
برد ويدرك ويفكر ويتذكر ويتخيل ، وتحدد مسار حياة الإنسان وسلوكه وكيفية
إحيل هذا السلوك والتنبؤ بالسلوك السوى والسلوك الشاذ .

ونحن نؤمن بأن قوة الوطن فى قوة أفراده . فلنبدأ بأنفسنا وهذا يتمشى مع المثل
تديم الذى يقول : « اعرف نفسك » .

وهنا فى هذه الصفحات يحاول كل فرد منا أن يعرف أغوار النفس البشرية ، ويفتش فى أعماقها ليكون أقدر على التكيف مع المجتمع الذى يعيش فى غماره.

ويستطيع علم النفس والحياة أن يقدم الكثير للعالم الذى يزخر بالأزمات والمشكلات والصعوبات .

وأرجو الله مخلصاً أن يكون فى هذا الكتاب نفع ، والخير أردت وعلى الله قصد السبيل .

أ.د. إبراهيم عصمت مطاوع

الفصل الأول

علم النفس وأهميته

لعل أقدم مشكلة واجهت الإنسان منذ أقدم العصور هى الإنسان نفسه وعلاقته بغيره من الأفراد ، وعلاقته ببيئته المادية . ولقد حاولت الفلسفة قديماً أن تدرس الإنسان ، وارتبط علم النفس فترة طويلة بالفلسفة إذ كان غرض الفلسفة فى العصور القديمة وفى القرون الوسطى تفسير نظام الكون بأسره والبحث عن العلل الأولى لجميع الموجودات ومن ذلك دراسة النفس ومحاولة معرفة كنهها . ثم انفصل علم النفس عن الفلسفة وتحقق هذا الانفصال على يدى الفيلسوف الألمانى فولف Wolff أحد تلامذة ليبتز Leibnitz عندما نشر سنة ١٧٣٢ وسنة ١٧٣٤ كتابيه فى علم النفس : الأول واسمه السيكولوجيا التجريبية والثانى اسمه «السيكولوجيا العقلية» ويدرس طبيعة النفس وقواها ومصيرها بالطريقة القياسية .

وتتابعت بعد ذلك مدارس علم النفس الحديث . ويسعى علم النفس بالمفهوم

العلمى الصحيح الآن إلى فهم سلوك الإنسان .

ويقصد الآن بالسلوك كل أوجه النشاط التى يقوم بها الكائن الحى ، ويمكن ملاحظتها من الخارج بواسطة فرد آخر أو بالآلات التى يستعملها فرد قائم بالملاحظة كالسينما أو الكاميرا ، فمن الممكن ملاحظة طفل يبكى ويضحك ويجرى ويقفز بالعين المجردة أو بتسجيل هذه الأفعال على شريط سينمائى ، وقد يكون السلوك الذى يقوم علم النفس بدراسته عبارة عن حركات بسيطة منفصل بعضها عن بعض كحركة عضلة من العضلات أو إفراز غدة من الغدد ، كما قد يكون السلوك فى أنماط متكاملة تدور حول إشباع حاجة من الحاجات للوصول إلى هدف .

وعلم النفس يدرس سلوك الأفراد الأسوياء الراشدين فى تفاعلهم مع البيئة ومحاولة التكيف معها .

ويتفرع من علم النفس العام فروع كثيرة تتخصص فى نواح مختلفة ، ومنها علم نفس الطفل ، وعلم نفس الشواذ ، وعلم النفس الاجتماعى ، وعلم نفس الحيوان ، وعلم النفس المقارن ، وغير ذلك من فروع علم النفس الكثيرة .

ويستطيع علم النفس أن يقدم الكثير لعالم يزخر بالأزمات والمشاكل والصعوبات من كل جانب ، خصوصاً فى عالم لم يعد ينفصل بعضه عن بعض بالمسافات بعد الاكتشافات الحديثة الكثيرة ، التى قربت المسافات وقاربت بين الشعوب بعضها من بعض .

كما أن دراسة علم النفس تهم كل مرب سواء كان مدرساً أو أخصائياً اجتماعياً أو أباً .

نشأة علم النفس

يعتبر علم النفس من العلوم التى بدأت مع الإنسان ، فمنذ كانت لديه تصورات لمكانه فى هذا العالم ونزعة إلى الاعتقاد بأن كل جسم مادى يحتوى على روح أو كائن آخر غير مادى أصبح هو نفسه محور التفكير ، ولكن تفكيره فى هذه المراحل البعيدة من التاريخ كانت تغلب عليها الأسطورة والتصورات الخرافية .

حتى جاء فلاسفة الإغريق فى القرن السادس قبل الميلاد ، فأثاروا كثيراً من الأسئلة تتصل بطبيعة المعرفة أو بطبيعة الحقيقة السيكلوجية فى نطاق البحث عن الحقيقة من أجل الحقيقة ، فنجد أكبر فلاسفتهم أفلاطون يتحدث عن علاقة الفرد بالمجتمع ويتكلم عن الزعامة وتنشئة الحكام والقادة ، ونجد أرسطو يبحث هو الآخر فى موضوعات فن الإقناع والخطابة ويقيم نظرية فى الأسباب المؤدية إلى قيامنا بفعل معين وتنظيم الموقف الاجتماعى الذى تنطلق فيه انفعالاتنا والأساس النفسى بعاطفة تقدير الذات . ويتحدث فى موضوعات شتى كالصداقة والتجاذب والتنافر بين الأفراد ، وسمات الشخصية وأثرها فى الصداقة . وله عدة كتب صغيرة تبحث فى بعض الوظائف النفسية مثل الحس والمحسوس والذكر والتذكر ، ويعود الفضل إليه فى اكتشاف قوانين تداعى المعانى الأساسية ، وهو الذى أكد بعض أوجه الشبه بين الإنسان والحيوان بل النبات ، كما أكد كذلك اعتماد الإنسان فى أوجه نشاطه العملى على الحواس والخبرة الحسية ، ونظر إلى النفس على أنها تحقيق الكائن الحى لوظائفه . وبذلك أقام أرسطو دعائم النزعة التجريبية التى تهتم بالملاحظة .

بعد اليونان جاء فلاسفة الإسلام فخطوا بعلم النفس خطوات كبيرة نحو الاتجاه العلمى وأسهموا فى تطوره . ولا يفوتنا أن نذكر فى هذه العجالة القصيرة أبا نصر الفارابى الذى أكد وجود أساس نفسى فطرى للحياة الاجتماعية بالمعنى المعروف

حديثاً فى علم النفس . فهذا الأساس عنده يعنى العجز عن سد الحاجات الأساسية لدى الفرد ، وتراه كذلك يتحدث عن سمات الشخصية وسيكلوجية القيادة والزعامة ، وتماسك الجماعات والأسس النفسية الاجتماعية لهذا التماسك ، ثم يتتابع فلاسفة الإسلام ويتحدثون كثيراً فى موضوعات تدخل فى صميم علم النفس كابن سينا الذى تحدث وكتب عن الإدراك ، والغزالى الذى تكلم عن المعرفة الصوفية والكشف والإلهام إلى أن جاء ابن خلدون مؤسس علم الإجتماع ، فنجد له نظريات فى التعلم تتفق كثيراً فى تفاصيلها مع النتائج الحديثة للدراسات التجريبية ، فى التعلم ، ونجد له كذلك نظريات فى التوجيه المهنى كالعلاقة بين سمات الشخصية وبين احتمالات النجاح أو الفشل فى مهن معينة ، وأثر ممارسة الفرد لمهنة فى اكتسابه لسمات معينة ، وهذا مايدخل حديثاً ضمن دراسات سيكلوجية المهن . وبالإمكان أن نقارن بين ما يقوله ابن خلدون فى هذا الصدد فى مقدمته المشهورة وبين ماكتب فى هذه الموضوعات حديثاً .

ويمضى علم النفس فى تطوره حتى بداية عصر النهضة فيسرع الخطى على أيدى الفلاسفة ، فنجد ديكارت فى فرنسا يشغل نفسه بحل مشكلة العلاقة بين العقل والجسم ، موضحاً أن الخاصية الجوهرية للجسم هى الامتداد فى حين أن خاصية العقل عند الإنسان هى التفكير والشعور ، والصلة بينهما ما هى إلا صلة تفاعل ميكانيكى يحدث فى الغدة الصنوبرية فى المخ .

وفى الوقت الذى كان فيه ديكارت مشغولاً بصياغة نظرياته برزت فى إنجلترا مدرسة سيكلوجية هى المدرسة الترابطية ، مؤسسها جون لك ، ومن أنصارها هارتلى وهيوم وستيورات مل وهيربرت اسبنرا ، هذه المدرسة تذهب إلى أن الخبرة تأتى إلى العقل عن طريق الحواس ، وبناء على ذلك تكون الإحساسات هى عناصر العقل ووحدته وذراته ، إلا أنها تكون فى بادئ الأمر غير مترابطة وغير منظمة ثم

تترابط وتنتظم لما بينها من تشابه أو تضاد أو تجاور فى الزمان والمكان ، فينشأ من هذا الترابط والانتظام العمليات العقلية جميعاً كالإدراك والتصور والتخيل والتفكير والابتكار . وأصبحت مهمة علم النفس فى نظر هذه المدرسة هى تحليل المركبات العقلية الشعورية إلى عناصرها من إحساسات وصور ذهنية ومعان ، ثم تفسير تجمعها وانتظامها فى وحدات مركبة كل ذلك عن طريق التأمل الباطنى لهذه المركبات .

وظل علم النفس منذ عصر النهضة حتى أواخر القرن التاسع عشر يعتمد أساساً على الملاحظة المباشرة إلى أن جاء فوندت فى أواخر القرن الماضى عام ١٨٧٩ ، وأنشأ أول معمل لعلم النفس – إلا أن هناك بحوثاً جزئية قامت بها جماعة من علماء الطبيعة والطب فى القرن الثامن عشر وبداية التاسع عشر ، أدت إلى تقرير بعض الحقائق الخاصة بالحواس وبزمن الرجع وبالشروط العصبية ، وبعد إنشاء فوندت لمعمله هذا تعددت معامل علم النفس فى أوربا وأمريكا وقامت المجلات المتخصصة لنشر بحوثه ، ومن هذا التاريخ أصبح يستند أساساً على المنهج التجريبى القائم على التجربة .

مناهج علم النفس

يقصد بالمنهج خطوات منتظمة يتخذها الباحث لمعالجة مسألة أو أكثر وتتبعها للوصول إلى نتيجة محققة يمكن الاستفادة منها .

وعلم النفس الحديث كغيره من العلوم الطبيعية يعتمد فى دراسته للسلوك على طرق ومناهج مختلفة للوصول إلى نتائج دقيقة يمكّنه من تفسير السلوك ، وسنشرح هذه المناهج فيما يلى :

١ - الاستبطان أو التأمل الباطنى : Introspection

الاستبطان أو التأمل الباطنى منهج ينفرد به علم النفس عن غيره من العلوم بل هو أقدم منهج من مناهجه . وهو طريقة من طرق الملاحظة . ويتأمل فيها الفرد ما يجرى فى شعوره ويخبرنا به ، وقد اتبع علماء النفس التجريبيون هذا المنهج فى دراساتهم للعمليات النفسية وذلك بتعريض الأفراد لمؤثرات معينة ثم يسألونهم عن أثر هذه المؤثرات . وقد أدت هذه الطريقة إلى معرفة العناصر المختلفة التى تتكون منها الإحساسات .

وقد وجهت إلى هذا المنهج اعتراضات عدة ملخصها فيما يلى :

١ - إن الحالات النفسية الشعورية معقدة دائماً ، سريعة التغير ، وسريعة الزوال فملاحظتها ووصفها بدقة أمر متعذر إن لم يكن محالاً . وهو اعتراض مقبول ولكنه لا يمنع من استخدام التأمل الباطنى لدراسة الحالات الشعورية البسيطة خاصة إذا كان الشخص المستبطن مدرباً على هذه العملية :

٢ - من عيوب التأمل الباطنى أو الاستبطان أن الشخص المستبطن ينقسم فى أثنائه إلى ملاحَظ وملاحِظ فى آن واحد . وهذا من شأنه أن يغير الحالة النفسية الشعورية التى يريد وصفها وتحليلها ، فالهدوء اللازم للملاحظة يغير حالة الحزن أو الخوف التى يلاحظها الشخص ، كما أنه يخفف من حدة غضبه إذا كان يستبطن انفعال الغضب مثلاً .

غير أنه يحسن أن نضيف أن الاستبطان فى الواقع يعتبر حالة تذكر مباشر ذلك أن ملاحظة الحالة الشعورية ومعرفتها لايمكن أن تكون معاصرة للحالة نفسها ، وإنما يمكن تأمل الحالة الشعورية عقب حدوثها مباشرة . وبالتدريب يمكن أن تكون نتائج هذا التأمل صادقة ودقيقة .

٣ – من أوجه الاعتراضات أنه منهج يقوم على الملاحظة الذاتية فلا يصلح أساساً للدراسة العلمية . ويقصد بالملاحظة الذاتية الملاحظة التى لا يشترك فيها مع صاحبها أحد غيره فلا يمكن أن يخبرها وأن يختبرها ملاحظ آخ [illegible] تحفل إلا بالوقائع والظواهر الموضوعية أى الوقائع والظواهر الخارج [illegible] تستطيع أن يبحثها وأن يتحققها أكثر من واحد ، أو التى يمكن أن يعبر عنها تعبيراً موضوعياً وليس ذاتياً .

والواقع أن أية حالة شعورية ذاتية كالتفكير مثلاً لا يمكن أن تكون موضوع دراسة علمية إن لم يعبر عنها صاحبها ، وهنا تظهر ضرورة تعبير الفرد عن انفعالاته وأفكاره وضرورة استخدام التأمل الباطنى فى كثير من الحالات .

٤ – مما يعترض به على الاستبطان حين يستخدم وسيلة للتحليل الذاتى Self-analysis أن نتائجه يشوهها غالباً ما لدى الشخص من ميول شخصية ورغبات وأهواء وانحيازات واتجاهات نفسية سابقة .

غير أن هذه العيوب والاعتراضات لا تكفى لطرح هذا المنهج جانباً وذلك للأسباب الآتية :

١ – أن الاستبطان يقوم بدور هام فى علم النفس التجريبى حين نسأل الشخص الذى تجرى عليه التجربة أن يصف لنا ما يسمع أو ما يرى أو ما يشعر به مثلاً ، كما تعتمد استخبارات الشخصية على الاستبطان حينما تطلب من الشخص أن يجيب عن أسئلة تلقى الضوء على ما لديه من ميول ورغبات أو مخاوف واتجاهات ، ومن أمثلة أسئلة استخبارات الشخصية ما يلى .

« هل تشعر بالضيق حين تندمج مع مجموعة جديدة من الناس ؟ » .

« هل يشرد انتباهك بسهولة وأنت تقوم بعمل ذهنى ؟ » .

٢ – الاستبطان هو المصدر الوحيد لدراسة بعض الظواهر النفسية كالأحلام

وأحلام اليقظة والخبرات الشعورية فى أثناء عملية التعلم ، والحالة الوجدانية فى أثناء الانفعال ، وتحليل الحالة الشعورية فى لحظة ما .

٣ – هناك أحوال لا يجدى فى بحثها الاقتصار على دراسة السلوك الظاهر للناس ، كما لو أردنا أن نعرف الفروق بين مجموعة من الناس من حيث ميلهم إلى أنواع معينة من الطعام مثلاً .

٢ – الملاحظة Observation :

الملاحظة هى مراقبة السلوك كما يحدث وتسجيل ما يراقب لغرض علمى أو عملى كمراقبة طفل فى أثناء انفعال الخوف أو فى أثناء عملية التعلم .

والملاحظة إما عارضة أو مقصودة . فالملاحظة العارضة تحدث دون تفكير سابق أو رغبة سابقة ، وهى وإن كان لها أهميتها وتؤدى فى كثير من الحالات إلى كشوف ذات بال ، كما حدث فى الكشف عن البنسلين مثلاً ، فإنه لا يمكن الاعتماد عليها فى علم النفس ، بل يكفى أنها تؤدى بنا إلى ملاحظة ظاهرة ما ملاحظة مقصودة .

أما الملاحظة المقصودة فهى توجيه الانتباه إلى الظواهر والوقائع لإدراك ما بينها من صلات وروابط ، وذلك دون أن نحاول السيطرة على هذه الظواهر أو توجيهها .

وفى علم النفس نستخدم الملاحظة المقصودة أو الملاحظة الموضوعية فى دراسة سلوك الفرد فى المجال الطبيعى الذى يوجد فيه .

ويكثر استخدامها فى علم النفس الاجتماعى فى بحوثه الاستطلاعية لجمع البيانات والحقائق عن بعض الموضوعات المعينة مثل ماهية الطرق والأساليب المختلفة التى يستخدمها الآباء فى تربية الأطفال .

كما يستخدم علم نفس الطفل هذا المنهج لدراسة نمو الطفل وخصائص النمو فى كل مرحلة من مراحل النمو ، حتى يمكن أن يفيد منها الدارسون والمتخصصون فى التربية والمدرسون والآباء لمعاملة الطفل المعاملة التى تتناسب مع خصائص مرحلة النمو التى يمر بها الطفل .

كما يستخدم علم نفس الشواذ المنهج نفسه فى دراسة العوامل الاجتماعية التى تؤدى إلى ذيوع الأمراض النفسية (العصابية) أو العقلية (الذهانية) ، أو معرفة الأنماط الأساسية لاضطراب الشخصية مثلاً .

ويمكن أن نلخص مزايا طريقة الملاحظة فيما يأتى :

١ – أنها تسمح بتسجيل السلوك وقت حدوثه فى الحال ولا تترك المجال للاعتماد على الذاكرة .

٢ – كثيراً ما يقوم الأفراد بأنماط من السلوك دون تفكير ، وقد لا تكون لديهم القدرة اللغوية أو الكلمات التى تساعدهم على شرح هذه الأنماط ، بل لعلهم لا يجدون الأسباب التى يعللون بها هذا السلوك . وهناك من أنماط السلوك ما يعتبر عادياً فى نظر الفرد الذى يقوم به دون أن يسترعى انتباهه ، على حين يتمكن الباحث من ملاحظته وتفسيره . فالغريب مثلاً عن ثقافة معينة يلاحظ فى سلوك الأفراد والجماعات أشياء يعجز المواطن الأصلى عن ملاحظتها .

٣ – تكون الملاحظة عادة مستقلة وغير متأثرة برغبة الشخص الذى تجرى عليه الملاحظة أو عدم رغبته .

كما يمكن أن يوجه إلى طريقة الملاحظة النقد التالى :

١ – أن الملاحظة مقيدة بفترة معينة فإذا أردنا دراسة تاريخ حياة أى فرد لن

نتمكن من ملاحظته مدى حياته .

٢ – هناك من مظاهر السلوك ما نعجز عن ملاحظته ملاحظة مباشرة كالمشاكل العائلية الداخلية وكثير من نواحى سلوك الفرد .

٣ – قد يتحيز الباحث بأن يعطى تفسيرات للسلوك بدلاً من وصف للسلوك نفسه لهذا يجب أن يدرب الباحثون على الملاحظة والتسجيل دون تحيز ودون إصدار أحكام تشوه الحقائق .

٣ – التجريب Experimentation :

تجرى التجارب فى علم النفس وفى غيره من العلوم لغرضين :

١ – الكشف عن وقائع جديدة يرى الباحث ضرورة الحصول عليها لتكون عوناً له على تفسير ظاهرة أو حل مشكلة ، ويسمى هذا النوع بالتجارب الاستكشافية .

٢ – التحقق من صحة الفروض Hypothesis والنظريات وذلك لدحض الباطل منها أو تحويرها وتهذيبها حتى تصبح أكثر دقة وشمولاً ، ويسمى هذا النوع بالتجارب التحقيقية .

ويعتبر التجريب أهم طرق البحث العلمى سواء فى علم النفس أو غيره من العلوم ، وأهم ما يميز البحوث التجريبية هو ضبط العوامل المختلفة فى التجربة وقياس أثر العوامل المستقلة قياساً كمياً .

وتوجد الآن فى معامل علم النفس الأجهزة الدقيقة التى يتمكن بها الباحث من جمع المعلومات والضبط والقياس الدقيق . ولا تتوقف أهمية التجربة العلمية على مدى ما يستعمل فيها من أجهزة ، فهناك من التجارب ما يتطلب استعمالها ، كما أن هناك من التجارب ما قد لا يحتاج إلى أجهزته ألبتة . فاستغلال هذه الأجهزة

يتوقف على نوع التجربة نفسها ولا يقلل من أهمية التجربة عدم اعتمادها على مثل هذه الأجهزة .

وأصبح استغلال الطرق الإحصائية من مستلزمات التجارب العلمية فى تصميمها ، والمقصود بتصميم التجربة هو وضع خطة لجمع المعلومات وتحليلها . والتجارب الحديثة تدور حول دراسة عدة عوامل مجتمعة فى تجربة واحدة بدلاً من دراسة هذه العوامل منفردة فى عدة تجارب . وطرق تصميم البحوث وطرق تحليلها إحصائياً من الدراسات الهامة التى تدرس الآن فى علم الإحصاء الذى يدرسه كل متخصص فى ميدان علم النفس .

ويؤمن علماء النفس التجريبيون بأن معظم مشاكل علم النفس يمكن دراستها تجريبياً . والصعوبة الكبرى التى تعترض علم النفس فى إجراء التجارب هى تعدد العوامل التى ترتبط بالظاهرة النفسية ؛ وتداخل هذه العوامل بعضها فى بعض ، وهذا بخلاف الحال فى العلوم الطبيعية الأخرى كالكيمياء مثلاً . وإليك أمثلة من العوامل المختلفة التى تؤثر فى قدرة شخص معين على حل تمرين هندسى مثلاً :

١ – ذكاء الشخص .

٢ – قدرته على التفكير الهندسى بوجه خاص .

٣ – خبراته السابقة بموضوع التمرين .

٤ – ميله إلى هذا النوع من التمرين .

٥ – اهتمامه وما يبذله من جهد فى أثناء الحل .

٦ – سنه .

٧ – حالته النفسية والجسمية فى أثناء الحل .

٨ – الظروف المحيطة به من إضاءة وتهوية وحرارة أو برودة .

وعلى العموم فإن الباحث فى علم النفس عند إجراء هذه التجارب يحرص على

توفير مجموعتين متماثلتين فى جميع النواحى . إحداهما تجرى عليها التجربة وتسمى المجموعة التجريبية . والثانية تسمى مجموعة ضابطة وتترك تحت الظروف الطبيعية وتقاس النتائج لكل مجموعة . فمثلاً إذا أردنا معرفة أثر الحرمان من النوم فى القدرة على التفكير نأتى بمجموعتين متكافئتين من الأشخاص ونقيس القدرة على التفكير عند أولاهمابعد النوم وعند الثانية بعد فترات متفاوتة الطول من الحرمان من النوم :
١٢ ساعة . ٢٤ ساعة . ٩٦ ساعة .

وبمقارنة متوسط النتائج فى المجموعة الأولى بنظيره فى الثانية لكل فترة نستطيع أن نعرف كيف يضعف الحرمان من النوم القدرة على التفكير ، وكيف يتمشى هذا الضعف مع طول فترة الحرمان .

وبالرغم من تقدم التجريب فى علم النفس تقدماً كبيراً . فإن استيعابه لكل الدراسات فى علم النفس لا يزال بعيد المنال ، وذلك لتعقد الظاهرة النفسية ولصعوبة إخضاعها فى بعض الأحيان للتجريب .

٤ - المنهج الإكلينكى Clinical Method

ويطلق المنهج الإكلينكى على الطرق والوسائل التى تستعمل فى تشخيص وعلاج المشاكل السلوكية للفرد . ويتضمن المنهج الإكلينيكى ما يأتى :

(ا) دراسة تاريخ الفرد .
(ب) مقاييس التقدير .
(حـ) الاستخبارات .
(د) المقابلة .
(هـ) الاختبارات الموضوعية والاختبارات الإسقاطية .
(و) السيرة الشخصية .

(ا) دراسة الحالة : (Case-study)

تتبع طريقتان لدراسة تاريخ الحالة ، أولاهما كتابة مذكرات يومية عن الفرد منذ طفولته ، وتسجيل كل ما يمكن ملاحظته عنه فى مراحل نموه المختلفة ، ومثل هذه الدراسة تستمر فترة طويلة . وقد اتبعها كثير من العلماء مع دراستهم لمراحل النمو المختلفة .

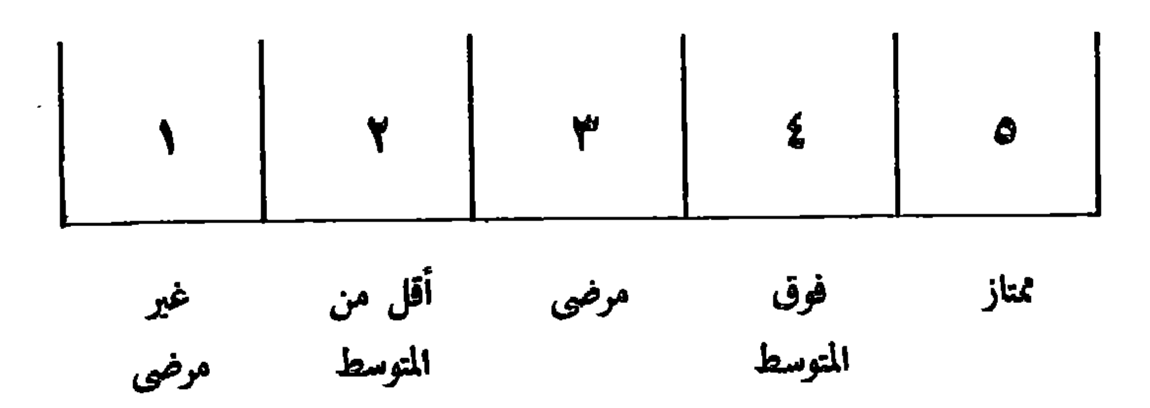
والطريقة الثانية تقوم على جمع الملاحظات والمعلومات عن حياة الفرد السابقة ، وذلك بسؤال الفرد نفسه أو والديه أو غيرهما ممن عاشوا معه فترة طويلة من حياته . ويؤخذ على هذه الطريقة : —

أنها تعتمد على الذاكرة وكثيراً ما تخون الذاكرة ويؤدى إلى عدم اكتمال المعلومات نسيانها أو وجود معلومات مشوشة . غير أن هذه الطريقة غالباً ما تكون السبيل الوحيد لدراسة الحالات .

(ب) مقاييس التقدير Scale-Rates

ومقاييس التقدير طريقة من طرق التقويم يقوم فيها المشاهد أو الملاحظ بتقدير الفرد فى سمة من السمات أو مجموعة منها . ويجب مراعاة عدة مبادئ عند عمل مقاييس التقدير أهمها تحديد السمات التى يراد تقدير الفرد فيها تحديداً واضحاً كافياً حتى يفهمها الحكام المختلفون بمعنى واحد ، كما يجب تحديد الدرجات المختلفة للسمة التى يراد تقدير الفرد فيها .

وفيما يلي مثال من هذه المقاييس :



(جـ) الاستخبارات Questionnaites.

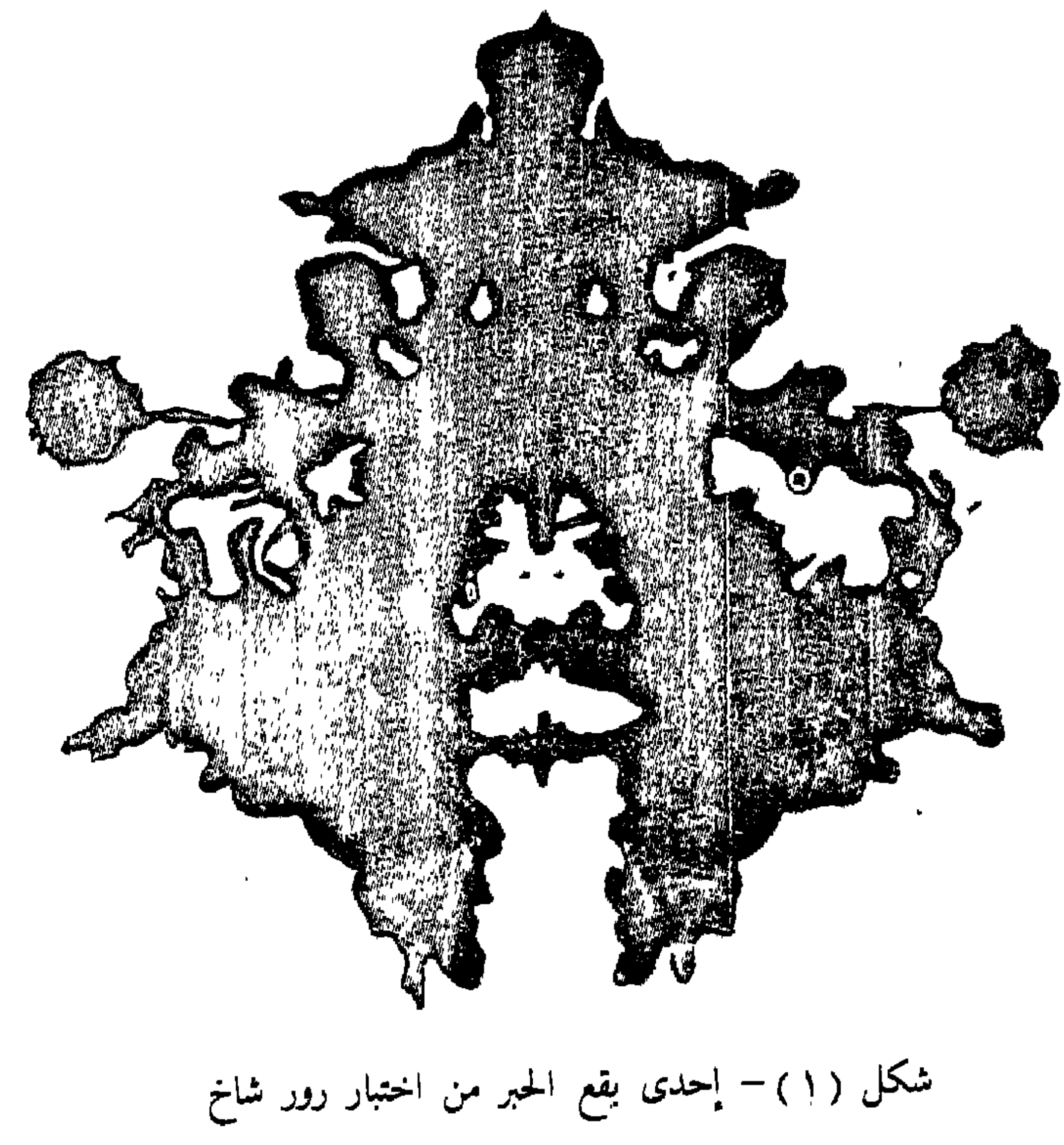
وطريقة الاستخبارات طريقة سهلة للحصول على المعلومات من عدد كبير من الأفراد كما أنها موفرة للوقت ، إذ يطالب فيها الفرد بالإجابة على عدد من الأسئلة المحددة التي تطرق نواحي معينة في وقت قصير .

وتستخدم الاستخبارات في سؤال الفرد عما يعرف ، أو ما يعتقد ، أو ما يشعر به أو ما يرغب فيه ، أو ما يزمع عمله ، أو ما يفعل أو ما قد فعل مع ذكر الأسباب التي يعلل بها رأيه .

(د) المقابلة . Interview

ويقصد بالمقابلة التحدث – وجهاً لوجه – مع الفرد بقصد استقاء المعلومات منه .

وتمتاز المقابلة بأنها فرصة للأخصائي النفساني لملاحظة انفعالات الفرد ومعرفة أفكاره واتجاهاته النفسية وخبراته الشخصية ، ويتمكن الأخصائي فيها من ملاحظة نبرات الصوت وتعابير الوجه .



شكل (١) - إحدى بقع الحبر من اختبار رور شاخ

والإشارات وكل ما يمكن ملاحظته مما يساعد على فهم الحالة ، وقد تكون المقابلة مقيدة بأسئلة معينة يسألها الأخصائى ويجيب عليها الفرد ، وقد تكون المقابلة حرة غير مقيدة بأسئلة معينة كما يحدث فى جلسات التحليل النفسى .

(هـ) الاختبارات الموضوعية Objective tests

لدى الأخصائى النفسى الآن عدد من الاختبارات التى يقاس بها الذكاء والقدرات الخاصة وسمات الشخصية والميول والاتجاهات النفسية ، ومن أشهر الاختبارات المعروفة لقياس الذكاء اختبار ستنفرد بينيه .

(و) الطرق الإسقاطية Projective Methods

وتطلق الطرق الإسقاطية على عدد من الطرق التى تستعمل فى قياس الشخصية أو تشخيص مكوناتها ، وذلك بتحليل ما يراه الفرد فى أشياء غامضة مثل الصور ، أو الرسوم ، أو بقع الحبر (انظر شكل ١) أو الموسيقى ، ويختلف الأفراد فيما بينهم فى استجاباتهم لهذه الأشياء وفى تفسيرها .

فحين يتكلم الشخص عن معنى صورة من الصور أو معنى بقعة من بقع الحبر أو ما يراه فى أيهما ، فهو يكشف عن حقائق تتصل بوجدانياته وأفكاره ، ومزاجه ، واتجاهاته النفسية ، أى أنه يظهر عالمه الداخلى بإسقاطه على الأشياء التى يراها دون علم منه أنه يكشف شخصيته .

(ز) السيرة الشخصية Avto Biography (Life History)

يكشف الفرد بكتابته سيرته الشخصية أو تاريخ حياته أشياء كثيرة ربما لا يكشف عنها بطريقة أخرى ، إذ تسمح له الكتابة بأن يختار من بين خبراته

والحوادث الهامة التى مر بها ، وينظمها التنظيم الذى يراه فيسوق منها ما قد يعجز عن تذكره فى المقابلة أو ما قد تعجز الاستخبارات عن المساس بها .

وتتميز السيرة الشخصية بالتلقائية التى قد يعز وجودها فى كثير من الوسائل والطرق الأخرى . ويجب أن تؤكد أن هذه الطريقة ما هى إلا طريقة مساعدة يجب ألا يعتمد عليها وحدها فى استقاء المعلومات .

أسئلة

١ – ما الذى يمكنك الاستفادة منه فى دراستك لعلم النفس ؟

٢ – قارن بين منهجين من مناهج دراسة علم النفس وهما :

(ا) الملاحظة المقصودة .

(ب) الاستبطان .

٣ – ما أوجه النقد التى وجهت إلى منهج الاستبطان : وهل يمكن الاستغناء عنه فى دراسه علم النفس ؟

٤ – ما هى الشروط اللازم توافرها فى التجريب وما الفرق بين التجريب فى العلوم الطبيعية والعلوم الاجتماعية ؟

٥ – ما الذى استرعى نظرك فيما كتب عن السيرة النبوية ؟

٦ – ناقش المنهج الإكلينيكى فى الدراسات النفسية ؟

الفصل الثانى

الدوافع والحاجات (Drives and Needs)

يهتم علم النفس بدراسة سلوك الفرد – ويحاول علماء النفس الإجابة على السؤالين التاليين :

ما الذى يدفع الفرد إلى سلوك معين ؟

أو ما هو الهدف من هذا السلوك ؟

يتميز السلوك بصفة هامة هى أنه يهدف إلى تحقيق غرض معين ، وهذا الغرض يضفى على السلوك صفة هامة وهى التلقائية (Spontaneity) ، فالإنسان أو الحيوان يتحرك من تلقاء نفسه لغرض يرمى إلى تحقيقه كالنزهة أو تناول الطعام أو غير ذلك .

والكائن الحى يتأثر عادة فى سلوكه بالمؤثرات الخارجية ، ولكن ليس كل ما يقوم به الكائن الحى من سلوك عبارة عن رد آلى للمؤثرات الخارجية ، وإنما

يدل السلوك على أنه هناك مجموعة من القوى أو الدوافع ، التى تدفع الكائن الحى للقيام بسلوك يرمى إلى تحقيق غرض معين .

ودراسة الدوافع مهمة لأنها تساعد الطالب على فهم سلوكه وسلوك غيره من الناس ، وهذا يجعله أقدر على التوافق فى حياته الشخصية ، وعلاقاته الاجتماعية .

ولدراسة الدوافع أهمية فى بعض الميادين العملية ، ففى ميدان التربيـة والتعليم مثلاً اتضح أن نجاح كثير من التلاميذ أو فشلهم إنما يرجع إلى اختلاف دوافعهم . فإذا توفر لدى التلميذ الدافع القوى للتحصيل ساعده ذلك على النجاح بتفوق . وضعف الدافع إلى التحصيل يؤدى فى الأغلب إلى الفشل ، كما أن شدة الدافع لدى العامل يؤدى إلى زيادة إنتاجه وضعف الدافع يؤدى إلى قلة الإنتاج وكثرة الإهمال .

الدوافع الفطرية والدوافع المكتسبة

تنقسم الدوافع إلى قسمين :

دوافع فطرية أو أولية ودوافع ثانوية أو مكتسبة :

أولاً : الدوافع الفطرية :

وتسمى الدوافع الفطرية بالدوافع الفسيولوجية ويدخل ضمن هذه الدوافع الجوع والعطش ، والتنفس والجنس . والراحة والنوم والتخلص من الفضلات وتجنب الألم والحرارة والبرودة . وهذه الدوافع هى ما كانت تسمى قديماً بالغرائز .

وتتصف الدوافع الفسيولوجية بأنها :

أولاً : عامة بين جميع الأفراد .
ثانياً : موجودة بالفطرة وليست مكتسبة بالتعليم .
ثالثاً : إنها تحدث نتيجة حاجات عضوية أوكيائية فى البدن .

وسنتكلم عن بعض أمثلة من هذه الدوافع فيما يلى :

١ – دافع الجوع :

الأساس فى هذا الدافع فسيولوجى ، فالحاجة إلى الطعام ونقص المواد الغذائية فى الدم تؤدى إلى استثارة دافع الجوع ، فيقوم الكائن الحى بنشاط يؤدى إلى إشباع الحاجة والتخفيف من حدة الدافع ، فالحاجة هى حاجة الجسم للطعام ، والدافع هو الجوع والطعام هو المشبع أو الحافز ، والنشاط الذى يؤدى إليه هذا الدافع نشاط غرضى يهدف إلى إعادة التوازن الفسيولوجى للكائن الحى .

٢ – الدافع الجنسى :

بينت كثير من الدراسات أن هرمونات الغدد التناسلية هى العامل الرئيسى فى ظهور الدافع الجنسى .

٣ – الدافع إلى الراحة والنوم :

ويعزى هذا إلى تراكم فضلات فى الدم تؤدى إلى توتر تزيله الراحة ، ويعزو البعض الآخر الدافع إلى النوم إلى وجود مركز له من قاع المخ ، وقد وجد أن استثارة هذا المركز كهربائياً تؤدى فى القطط إلى النوم .

أثر التعلم والعوامل الاجتماعية فى الدوافع الفسيولوجية :

بالرغم من أن دافع الجوع فطرى وينشأ أساساً نتيجة لنقص كمية الغذاء فى الدم فإنه قد يتأثر ببعض العوامل الاجتماعية .

فالحالة النفسية السارة التى يثيرها الوجود مع الأصدقاء قد تثير شهيتنا للطعام ، والحالة النفسية السيئة كما فى حالة الحزن مثلاً قد تضعف من شهيتنا .

وللتعلم أثر واضح فى تعلم كثير من الانحرافات الجنسية ، وفى اكتساب عادات جنسية شاذة ، ويتضح من ذلك أن الدوافع الفطرية قابلة للتعديل نتيجة للتعلم وللخبرات المختلفة التى تمر بالإنسان .

ثانياً : الدوافع الاجتماعية أو الثانوية أو المكتسبة :

تقسم الدوافع المكتسبة إلى دوافع مكتسبة من الدرجة الأولى ودوافع مكتسبة من الدرجة الثانية .

١ – الدوافع المكتسبة من الدرجة الأولى :

وتتصل هذه الدوافع اتصالاً مباشراً بالدوافع الأولية . فدافع الجوع من الدوافع الأولية التى يشبعها الطعام ، غير أن الثقافة تحدد كيفية إشباع هذا الدافع ، فعدد الوجبات مثلاً يختلف من ثقافة إلى أخرى ، فهى فى بعض الثقافات تعتبر وجبته الرئيسية ، وفى المجتمع الريفى مثلاً تعتبر وجبة العشاء هى الوجبة الرئيسية . وتحدد الثقافة كذلك عادات الأكل وآداب المائدة .

كذلك تتعدل الحاجة للتخلص من فضلات الطعام تبعاً للثقافة : وتختلف العادات المصاحبة لها من طبقة اجتماعية لأخرى من حيث عدد المرات والمكان

الذى يلجأ إليه الإنسان للتخلص من هذه الفضلات ، وما يصدق على دافعى الجوع والتخلص من الفضلات يصدق على غيرهما من الدوافع الأولية كدافع العطش والدافع إلى الراحة والنوم وغيرهما ، وهذه العادات المكتسبة بحكم الثقافة تصبح لها قوة الدوافع .

٢ – الدوافع المكتسبة من الدرجة الثانية :

وهذه لا تتصل اتصالاً مباشراً بالدوافع الأولية ولكنها تتصل بطريق غير مباشر بها . ومن أمثلة ذلك الدوافع التى تتصل بالحاجات الإنسانية الهامة التالية .

(ا) الحاجة للأمن .	Need For Security.
(ب) الحاجة للمحبة .	Need For Affection.
(جـ) الحاجة للتقدير .	Need For Recognition.
(د) الحاجة للنجاح .	Need For Success

(ا) الحاجة للأمن :

وتبدو فى النواحى الجسمية والعقلية . فالطفل يريد أن يأوى إلى والدته ، ويريد أن يتغذى ، ويريد أن يأمن البرد والحر وغير ذلك . والحاجة إلى الأمن العقلى تبدو فى مخاوف الطفل من كل غريب ورغبته فى فحصه ومعرفته إذا أمكن – حتى يطمئن إليه أو يبتعد عنه نهائياً . وفقدان الأمن يترتب عليه القلق وعدم الاستقرار .

(ب) الحاجة للمحبة :

وتبدو فى رغبة الطفل فى أن يحظى بحب أمه وحب من حوله ، ويخطئ بعض الآباء إذ يربون أولادهم تربية يظنون أنها مبنية على العقل والمنطق ، وقد تكون فى

الواقع مؤسسة على مجموعة من القواعد الجافة الخالية من كل لون ، على حين يريد الطفل أن يشعر شعوراً كاملاً بحب والديه له . وكثير من حالات السرقة أو الهروب من المنزل سببها جفاف الآباء وخلو الجو المنزلى من العطف . كما أن وجود جو من الحب والحنان فى المنزل يضفى على العلاقات بين الإخوة نوعاً من الحب والحنان والتضامن .

(جـ) الحاجة إلى التقدير :

وتبدو فى شغف الأطفال لأن يعترف بهم ، ويعاملوا كأفراد لهم قيمتهم ، فإذا كلمنا الطفل فيحسن أن نلتفت إليه ، ولا نقدم عليه غيره فى كل مرة أو نهمله ، ويستحسن أن نثق به ، ونكل إليه أعمالاً تشعره بقيمته عندنا وتشعره بقيمته فى نظر نفسه . كما يحتاج الكبير أيضاً إلى تقدير المجتمع الذى ينتمى إليه وهذا يلعب دوراً هاماً فى تصرفاته .

(د) الحاجة إلى النجاح :

يميل الطفل إلى النجاح . والنجاح هو الذى يجعله يثق بنفسه ويشعر بالأمن . ويقوم بمحاولات أخرى لتحسين سلوكه ، فالنجاح فى أول خطوة يخطوها الطفل عند أول تعلمه المشى هو الذى يدفعه إلى محاولات أخرى .

ويتضاعف معنى هذا النجاح عنده إذا شجعه من حوله وأظهروا سرورهم به ، ولذلك لا يجوز وضع الطفل فى مجال يتكرر شعوره بفشل محاولاته فيه ، ولا يجوز أن نحفز الطفل للوصول إلى هذا المستوى .

وهذه الحاجات ليست مقصورة على الأطفال وإنما هى تفسر بسهولة سلوك الكبار والأطفال على السواء .

تعديل الدوافع وتوجيهها .

الإعلاء Sublimation

توجيه الدافع فى اتجاه راق صالح يقره المجتمع يسمى إعلاء ، فبدلاً من سير الدافع فى مسالك غير مهذبة يسير فى مسالك راقية .

والذين يعملون مع الناشئين يحاولون فى كثير من الأحيان تشخيص الشذوذ على أنه ناشئ عن انحراف فى بعض دوافعه أو غرائزه .

فدافع حب السيطرة قد يظهر شذوذه فى محاولة احتقار النظم القائمة وعدم تنفيذ الأوامر المدرسية ، ومعالجة الزملاء والحط من قيمتهم وغير ذلك ، وقد تسهل معالجة هؤلاء الأطفال إذا أسند إليهم جانب من ضبط النظام ، وأصبحوا مسئولين عن بعض إخوانهم الضعفاء ، واقتنعوا بأن السيطرة عن طريق الآداب العالية وحسن الخلق والتفوق الدراسى هى السيطرة ذات القيمة الحقيقية . وبهذا يكون قد حولنا اتجاه دافع السيطرة إلى مجرى راق صالح لكل من الفرد والمجتمع ويسمى هذا التحويل إعلاء .

الإبدال Substitution.

وهناك اتجاه يؤخذ إزاء الدوافع ولو أنه لا يتناولها مباشرة ويسمى الإبدال ، ومعناه أن نشغل وقت الفرد بعمل نافع حتى ينصرف عن نشاط متعلق بدافع معين ، فالطفل الذى يحاول الحصول على لعبة من طفل آخر قد تلهيه عنها بأمر آخر ، كذلك الرياضة البدنية وتكوين الميل للمطالعة والموسيقى وغير ذلك يمكن أن تكون كلها أبدالاً للدافع الجنسى فى دور المراهقة .

وفى حالة صعوبة إعلاء الدافع يحسن أن نعمل على الإقلال من مثيراته الخارجية وأن نثير ميولاً أخرى يشغل نشاطها وقت الفرد ، فنى حالة الدافع الجنسى مثلاً يمكن أن نوجه المراهق إلى الوسيلة التى يشغل بها وقت فراغه لنقلل من التفكير فى ناحية الجنس .

أسئلة

١ – ناقش أهمية دراسة دوافع السلوك فى حياتك العملية .

٢ – صف دوافع السلوك .

٣ – تكلم عن أثر التعلم والعوامل الاجتماعية فى الدوافع الفطرية مع ذكر أمثلة من حياتك العملية .

٤ – اضرب عدة أمثلة تبين أن السلوك الإنسانى يندر أن يصدر عن دافع واحد .

٥ – كيف تفرق بين الدوافع الأولية والدوافع الثانوية مع التمثيل .

٦ – هات أمثلة مما لم ترد فى الكتاب عن تعديل الدوافع وتوجيهها .

الفصل الثالث

الحياة الوجدانية

أولاً : الانفعالات : Emotions

الانفعال حالة توتر فى الكائن الحى تصحبها تغيرات فسيولوجية داخلية ومظاهر جسمانية خارجية وتنشأ هذه الحالة من التوتر عن مصدر نفسى كأن ندرك مثلاً شيئاً يخيفنا أو يغضبنا .

وحياة الفرد مليئة بالانفعالات المختلفة ، وهى نوعان : سارة وغير سارة من فرح وسرور إلى حزن وبكاء . وتفيض اللغة بالمصطلحات التى تعبر عن الحالات الوجدانية الانفعالية ، وقديماً فرق العلماء بين الحالات المعتدلة منها والحالات الحادة فأطلقوا على الأولى « الحالات الوجدانية » وعلى الثانية « الحالات الانفعالية » والأساس فى هذه التفرقة هو الاختلاف فى الدرجة لا فى النوع . فالشعور العام باللذة والراحة والسرور تدخل ضمن الحالات الانفعالية إلا أنه لا يوجد فاصل بين

هذه وتلك ، ولهذا يطلق علماء النفس حالياً على كل هذه الحالات اسم الانفعالات.

وتلعب الانفعالات دوراً كبيراً فى حياة الإنسان ويعدها علماء النفس دافعة للسلوك الإنسانى . فإن ما يعترى الجسم من تغيرات تنجم عن انفعالات مثل الخوف أو الغضب ، إنما هى تنظيمات داخلية تهيئ الفرد لكى يسلك سلوكاً يتفق مع ما اعتراه من انفعال . فرؤية ثعبان مثلاً تدفع الفرد إلى الخوف بشدة أو القفز بدرجة لم يكن يستطيعها فى الحالات العادية .

خصائص السلوك الانفعالى :

١ – يتجه السلوك الناشئ عن انفعال إلى هدف . ففى حالة الحب والحنان يحاول الفرد أن يقترب من موضوع الانفعال وفى حالة الخوف يحاول الإبتعاد عن نوع الانفعال . والكائن فى كلتا الحالتين يعمل على تعبئة قواه للوصول إلى هدفه .

٢ – يتراوح السلوك الانفعالى بين القوة والضعف ، فأحياناً يكون من الشدة بحيث يسيطر على كل أنواع السلوك الأخرى وأحياناً يكون ضعيفاً غير ملحوظ .

٣ – يتميز السلوك الناشئ عن الانفعالات أيضاً بالاستمرار ، فانفعال الخوف أو الغضب يصدر عنه سلوك مستمر حتى يتحقق الهدف ، أو يتغير الموقف الذى أثار الانفعال .

٤ – تأخذ الاستجابة الانفعالية فى التباين والتنوع تبعاً للنضج والتعلم ، فالطفل يصرخ للجرح الكبير كما يصرخ للجرح الصغير ، فى حين يختلف انفعال الكبير تبعاً لنوع الجرح والألم الناتج عنه .

التغيرات الجسمية التى تصاحب الانفعال :

١ – ثبت أن الانفعالات تسهل مرور التيار الكهربائى فى الجسم مما يدل على حدوث تغيرات كهربائية تحت سطح الجلد ، قد أمكن قياسها بواسطة جهاز الجلفانومتر Galvanometer ، فيمسك الفرد بأحد أسلاك هذا الجهاز الحساس بيده ، وتكمل الدائرة الكهربية بسلك آخر يمسكه بيده الأخرى ، ويتذبذب مؤشر الجهاز مبيناً مدى الحالة الانفعالية للفرد .

وقد استغلت هذه الخاصية فى اكتشاف حالات الكذب ، إذ يمسك الشخص المراد استجوابه بسلكى الجهاز ويطلب منه أن يقرأ أو تقرأ عليه قائمة من الكلمات تتضمن الشىء المسروق مثلاً ، أو المكان الذى سرقت منه . فإن كان له يد فى الحادث تحرك المؤشر بقوة عند قراءة أو سماع هذه الكلمات دالاً على انفعال الشخص ويسمى هذا الجهاز بجهاز كشف الكذب .

٢ – تحدث تغيرات فى ضغط الدم . فى حالة الانفعال يحدث عادة ارتفاع فى ضغط الدم وتغير فى توزيعه بين سطح الجسم وداخله . ومن المألوف لدينا احمرار الوجه فى حالة الخجل أو الغضب ، وشحوبه فى حالة الخوف .

٣ – تزداد سرعة ضربات القلب فى حالة الانفعال .

٤ – اتساع حدقة العين فى حالة الانفعال .

٥ – يؤثر الاضطرب الانفعالى فى سيل اللعاب ، إذ تقل كميته ويجف الفم والحلق وخاصة فى حالات الفزع والغضب .

٦ – يحدث تغير فى كيمياء الدم فيزداد هرمون الإدرينالين الذى تفرزه الغدتان الإدرينالتيان الموجودتان فوق الكليتين ، ويؤثر هرمون الإدرينالين فى الكبد ويجعله يفرز كمية أكبر من السكر .

٧ – تحدث انقباضات فى الجهاز الهضمى .
٨ – وقوف شعر الرأس أحياناً .
٩ – توتر العضلات والارتعاش .
١٠ – تغير نظام التنفس .

أثر التعلم والثقافة فى الانفعالات :

يظهر أثر التعلم فى الانفعالات من اكتساب الطفل لكثير من مخاوفه نتيجة بعض الخبرات السابقة التى مر بها . فكثير من الأطفال يتعلمون الخوف من الظلام ومن الحيوانات الأليفة وقد أجرى واطسن Watson أحد علماء النفس الأمريكيين تجربة بينت كيف يمكن الطفل أن يتعلم الخوف . قرب واطسن فأراً أبيض إلى الطفل فلم يخف منه الطفل فى أول الأمر ، فى نفس الوقت الذى قرب فيه الفأر إلى الطفل أصدر صوتاً شديداً مفاجئاً بأن قرع قطعة من المعدن . وقد خاف الطفل من الصوت الشديد المفاجئ .وبتكرار التصاحب بين الصوت الشديد الذى يخيف الطفل وبين الفأر ابتدأ الطفل يخاف من الفأر ، ولم يكن يخاف منه قبل ذلك . وعلى هذا النحو يتعلم الطفل كثيراً من مخاوفه وانفعالاته الأخرى .

وقد يتعلم الطفل التعبير عن انفعال الخوف بطرق مختلفة . فقد يبكى ويصيح وقد يمتنع عن الطعام ، وقد يتعلم التلفظ بكلمات نابية . وتؤثر الثقافة تأثيراً كبيراً فى التعلم عند الأطفال وتبدى طرقاً خاصة للتعبير عن انفعالاتهم .

الخوف :

الخوف انفعال ولكنه قد يقوم بدور الدافع لأنه يدفع الخائف إلى الهروب من الموقف الذى أدى إلى استثارة الخوف .

ويمكن تقسيم الخوف إلى نوعين :

١ – خوف موضوعي وهو الذى ينشأ عن مواقف تهدد الإنسان بأخطار حقيقية كالخوف من النار مثلاً أو الخوف من حيوان مفترس .

٢ – خوف غير موضوعي وهو الخوف من أشياء لا تهدد الإنسان بأخطار حقيقية كالخوف من الظلام أو الخوف من الحيوانات الأليفة كالقطط مثلاً ، وتسمى هذه المخاوف مخاوف طفلية وفى بعض الحالات تكون هذه المخاوف الطفلية رموزاً لمخاوف موضوعية شعر بها الفرد فى فترة سابقة من حياته وخاصة فى أثناء الطفولة ، وقد يبلغ الخوف حداً يحول دون التكيف الشخصى أو الاجتماعى الناجح للفرد ، ويطلق على هذا النوع من الخوف اسم الخوف المرضى . Phobia

ومن أمثلته الخوف من الأماكن المرتفعة أو الضيقة . ويرى أصحاب مدرسة التحليل النفسى أن هذه المخاوف ترجع إلى خبرات مؤلمة واجهها الإنسان فى حياته الأولى ، وبقيت مكبوتة فى اللاشعور .

والمظاهر البدنية والفسيولوجية للخوف كثيرة ، وقد أجرى دولارد (Dollard) بحثاً عن الخوف بين الجنود فى أثناء القتال فى الحرب العالمية الثانية وخرج بالنتائج الآتية :

خفقان القلب وسرعة النبض	عند ٦٩ ٪ من الحالات
الشعور بالتوتر	عند ٤٥ ٪ من الحالات
الشعور بالهبوط	عند ٤٤ ٪ من الحالات
جفاف الفم والحلق	عند ٣٣ ٪ من الحالات
القشعريرة	عند ٢٥ ٪ من الحالات
عرق راحة اليد	عند ٢٢ ٪ من الحالات

تصبب العرق البارد	عند ١٨ ٪ من الحالات
فقدان الشهية	عند ١٧ ٪ من الحالات
الشعور بوخز فى الظهر وجلد الرأس	عند ١٧ ٪ من الحالات
الشعور بالضعف والدوار	عند ١٤ ٪ من الحالات
الغثيان	عند ١٤ ٪ من الحالات

هذا إلى جانب أعراض أخرى مثل الطنين فى الأذن والقىء والإغماء .

القلق Anxiety :

يختلف القلق عن الخوف بأن ليس له سبب معروف ومصادر محددة يمكن معرفتها فالذى يخاف الثعابين عنده سبب معقول لخوفه ، ويمكن التنبؤ بهذا الخوف ، أما فى حالة القلق فهناك خوف ولكن لسبب مجهول لا يدركه الفرد .

وقد اختلفت الآراء فى تعليل أسباب القلق ، والاتجاه الجديد يرجع أسباب القلق إلى خبرات الطفولة فى علاقة الطفل الاجتماعية بوالديه حين كان الطفل معتمداً كل الاعتماد على الكبار فى سد حاجاته ، وتعرض الطفل للحرمان والإهمال وفقدان الحب وغيرها من العوامل التى تثير الشعور بفقدان الأمن .

فالسبب الهام فى حدوث القلق هو فقدان الأمن والطمأنينة .

الغضب :

قد يعترض الفرد عائق يمنعه من تحقيق هدفه وهذا يستثير انفعال الغضب . ويؤدى الغضب إلى محاولة الفرد الهجوم هجوماً مباشراً على العائق لإزالته ، أو قد

يتحول عند الشعور بالعجز إلى التحطيم والتخريب أو الغيبة والنميمة . ويمكن أن نقسم ردود الأفعال الناتجة عن وجود عائق يمنع من وصول الفرد إلى هدفه ، وهى الحالة التى تسمى بالإحباط ، إلى ما يأتى :

١ – مجابهة حالة الإحباط بالغضب والاعتداء اللفظى أو الجسمانى أو التهديد والتحقير . وتسمى هذه الردود بردود عقابية موجهة إلى الخارج .

٢ – لوم النفس أو الذات وتحقيرها والشعور بالذنب . وقد يحاول الفرد إيذاء نفسه وقد يصل ذلك إلى الانتحار . ويسمى هذا ردود عقابية موجهة للداخل .

٣ – عدم إلقاء اللوم على أحد وإلقاؤه على الظروف وقلة الحيلة وهى ردود عقابية خامدة .

الغيرة والحسد : Jealousy

الحسد هو الرغبة فى امتلاك ما يمتلكه الغير أو الحظوة بامتيازات تماثل ما يتمتع به الغير . وقد يصحبه تمن بزوال نعمة هذا الغير .

أما الغيرة فهى الشعور باغتصاب فرد آخر لما تعتبره حقاً لك .

والحسد والغيرة يتشابهان من الناحية الانفعالية . فالحسود أو الغيور هو شخص يتنافس مع شخص آخر ، وهذا التنافس يؤدى إلى الحقد أو الغضب أو الشعور بالتعاسة والرثاء للنفس أو كلها مجتمعة .

وأهم الاختلافات بين الحسد والغيرة تكون فى نوع المنافسة ، فنحن دائماً نقارن أنفسنا بالغير ونود أن نكون كمن هم أحسن منا حالاً ، وقد يكون هذا مستحيلاً لافتقارنا إلى الإمكانيات التى أهلت الغير للنجاح كالجمال أو الشباب أو سهولة التفاعل مع الناس ، فيحاول الحسود الحط من مؤهلات غيره وهذا دليل على الشعور بالنقص والضعة .

تعديل الانفعالات

يمكن أن تعدل الانفعالات بإحدى طريقتين :

الأولى : أن تعدل الانفعالات من ناحية المثير :

فقد تفقد بعض المثيرات الفطرية قدرتها على إثارة الانفعال فالصوت العالى مثلاً يثير خوف الطفل ولكن يمكن بالتجربة أن يتعلم الطفل أن الصوت العالى غير مقترن دائماً بالخطر ، وعلى هذا يتدرب على سماع الأصوات العالية والتصرف بهدوء . كذلك يحدث أن الموضوعات التى ليست فى الأصل مثيرة لانفعال ما ، تصبح موضوع إثارة ، فالمعلم بطبيعة كونه إنساناً لا يثير الخوف فى الطفل ولكن إن كان المعلم يضرب الطفل يصبح مثيراً للخوف . ذلك لأن الضرب يثير الخوف والمعلم يقترن فى خبرة التلميذ بالضرب ، فيصير المعلم مثيراً الخوف .

الثانية : أن تعدل الانفعالات عن طريق التعلم والثقافة :

ولنأخذ مثالاً على ذلك الغضب . فالحيوان إذا وجد طعاماً وقبل أن يتناوله اختطفه منه حيوان آخر ففى هذه الحالة ينقض الحيوان الأول على الحيوان الثانى ويقاتله ليمنعه من الاستيلاء على طعامه .

كذلك الطفل قد يثور ويضرب ويعض من يمنعه عن لعبته ، ولكن تحت تأثير التعلم يتعلم أساليب أخرى للتعبير عن غضبه ، وعلى هذا يتعدل الانفعال حسب التعلم والثقافة السائدة فى المجتمع وقد أشرنا إلى هذه النقطة من قبل .

ثانياً : العواطف Sentiments

يطلق على العاطفة فى اللغة الإنجليزية والفرنسية لفظ Sentiment غير أنه يلاحظ أن معظم علماء النفس الأمريكيين عدلوا الآن عن استعمال هذا اللفظ واستبدلوه بلفظ Attitude أى اتجاه . وكلمة Attitade تفيد معنى التوجيه ومعنى التأهب للعمل والاستعداد فى حين لا تفيد كلمة Sentiment إلا معنى الشعور فقط . وكلمة «عاطفة» باللغة العربية تفيد المعنيين فى آن واحد أى معنى الحالة الشعورية وما يصحبها من نشاط موجه متواصل . فالعطف فى اللغة العربية يفيد معنى الميل والاتجاه وتتابع حلقات الفعل ويفيد أيضاً معنى من المعانى الوجدانية .

فالعاطفة فى اللغة هى الشفقة والحنو ثم أطلقت على جميع مظاهر الحب والكراهية أى الميل إلى الشيء والعزوف عنه . وكذلك يقال عطف إليه أى مال ، وعطف عنه أى انصرف .

وعلى ضوء ما سبق يمكن تعريف العاطفة بأنها استعداد وجدانى للشعور بتجربة وجدانية وللقيام بسلوك معين إزاء شيء أو شخص أو جماعة أو فكرة مجردة .

وهناك ثلاث نقاط ينبغى تأكيدها بصدد العاطفة :

١ – العاطفة مكتسبة :

فنحن لانولد مزودين بعاطفة معينة لحب موضوع معين أو كراهية وإنما تتكون العاطفة من تكرار اتصال الفرد بموضوع العاطفة فى مواقف مختلفة .

٢ – العاطفة ذات صبغة انفعالية :

فهى تتكون من مجموعة من الانفعالات المتباينة تدور كلها حول موضوع واحد

ويصحبها بنوع خاص خبرات سارة ، أو غير سارة ، هذا ومن ناحية أخرى قد تثير عاطفة واحدة انفعالات متعددة .

فإذا أحب إنسان شخصاً ما فإنه يشعر بالارتياح لنجاحه ويحزن عندما يفشل ويميل إلى ما يميل إليه ، أما إذا كان يكره ذلك الشخص فإنه لن يخشى عليه الضر ، ولا يحزن لألمه بل ينفر مما يميل إليه .

٣ - العاطفة الموجهة :

فالعاطفة تدور حول موضوع معين كحب فرد للموسيقى أو كراهيته لمادة معينة أو حب فرد لآخر ، أو إعجاب بزعيم معين والعواطف إن لم تكن موجهة نحو موضوع ما ، لا يمكن تسميتها عواطف .

أنواع العواطف :

العواطف الرئيسية هى عواطف الحب والكراهية ، فالموضوع الذى يرتبط تكراره بخبرات سارة فى مجموعها تتكون حوله عاطفة حب والموضوع الذى يرتبط تكراره بخبرات مؤلمة فى مجموعها تتكون حوله عاطفة كراهية .

ومن العواطف المألوفة فى حياتنا عواطف الاحترام ، وعواطف الإعجاب وعواطف الاحتقار وغير ذلك وكل عاطفة تتجه نحو موضوع معين . فالطفل سرعان ما تتكون عنده عاطفة نحو أمه ، وأخرى نحو أبيه ، وعاطفة نحو كل من إخوته ، وعاطفة نحو لعبته ونحو قطته أو كلبه وهكذا .

والعواطف على العموم مادية ومعنوية ، فالمادية تتجه نحو المحسوسات كالأشخاص والأشياء وأما المعنوية فتتجه نحو المعنويات ، ومنها عاطفة حب الجمال والصدق والشرف وكراهية الرذيلة والاستبداد ، وحب الوطن ، وحب الحرية .

والعواطف المادية نوعان : عواطف مادية فردية وتكون نحو فرد ، وعواطف مادية جماعية وتكون نحو مجموعة أفراد من نفس النوع عادة . والعواطف المادية بنوعيها خطوة ضرورية لتكوين العواطف المعنوية .

وتتطور العواطف مع نمو الشخص ونمو خبرته ، فباتساع دائرة خبرات الشخص تتسع دائرة عواطفه أو ميوله .

ففي الأشهر الأولى من حياة الطفل قد تقتصر عاطفة الطفل على أمه ، ثم تتسع فتشمل الأب ثم بقية أفراد الأسرة ثم الأقارب ثم زملاء اللعب ، وبعد ذلك قد تتسع فتشمل المدرسة فالبلدة فالوطن كله ثم الناس جميعاً (الإنسانية) .

كما جاء في القرآن الكريم (وجعلناكم شعوباً وقبائل لتعارفوا) سورة الحجرات الآية ١٣ .

العواطف وتنظيم الدوافع الفطرية :

العواطف نوع هام من الدوافع المكتسبة للسلوك ، ويترتب على تكوينها تعديل السلوك وتنظيم الدوافع الفطرية وتوجيهها وجهات معينة مقيدة بقيم تتحدد بعناصر البيئة المحيطة . ويعتبر تكوينها من أهم أنواع ملاءمة الفرد للبيئة التي تحيط به .

والعواطف تكسب الفرد قسطاً كبيراً من الثبات والاستقرار ، وتجعلنا قادرين على التنبؤ بسلوكه . لأن الفرد بعد أن كان قابلاً للاتجاه أية وجهة مرتبطة بما يستثير دوافعه . أصبح بحيث لا تستثار دوافعه إلا مرتبطة بموضوعات معينة تهمه كالأولاد والعلم والوطنية ، وأماكن معينة مقدسة أو محبوبة .

العاطفة السائدة : Master Sentiment

توجد عادة لدى الفرد عاطفة سائدة ، قد تكون عاطفة نحو المال أو العلم أو نحو

الوطن أو نحو أولاده ، أو نحو ذاته ، وإذا وجدت عاطفة سائدة فإنها توحد وجهة العواطف والاتجاهات والدوافع المختلفة ، فإذا تصورنا شخصاً يحب المال حباً شديداً ولا يفضل على ذلك أمراً آخر فإن هذا الشخص يصادق من يساعدونه على ذلك ويكره من عداهم ولو كانوا أولاده . ويقتر على نفسه ولا يشترك في معروف أبداً .

وفى ذلك يشير قوله سبحانه وتعالى إلى هؤلاء فى كتابه العزيز (كلا بل لا تكرمون اليتيم ، ولا تحاضون على طعام المسكين ، وتأكلون التراث أكلاً لماً ، وتحبون المال حباً جماً) (سورة الفجر – الآيات ١٧ – ٢٠) وفى شخص آخر قد تكون العاطفة السائدة هى عاطفة حب الذات ، فتجد جهوده كلها موجهة نحو ذاته لتعظيمها وإرضائها فهو يحب من يتحدثون عنه بالمدح ويعطف عليهم ويكرمهم ويكثر من الحديث عن نفسه ويحب أن يكون هو مركز الانتباه والإعجاب ، وهذا هو الذى يسبب النزعات الدكتاتورية عند الإنسان ويجعله يريد من الآخرين أن يعبدوه من دون الله .

عاطفة اعتبار الذات :

تنشأ عاطفة اعتبار الذات بسبب التفاعلات المستمرة القائمة بين الفرد والمحيطين به ، وهى تنشأ على مراحل كما يلى :

١ – عند صغار الأطفال نجد أن تصرفاتهم تتعدل تبعاً لمبدأ اللذة والألم ، أى على المستوى الغريزى ، فالطفل يمسك كل ما تقع عليه يده ويضعه فى فمه فإن استساغه ثبت عليه ، وإن وجد طعمه غير مستساغ لفظه وابتعد عن تناوله . وبهذا نجد أن السلوك يثبت فى الناحية التى تجلب اللذة ويضعف فى الناحية التى تسبب الألم .

٢ — يتعدل المستوى الغريزى للسلوك بالثواب والعقاب . فإذا كبر الطفل وعوقب على فعل أتاه بحرمانه من الحلوى مثلاً أو رياضة يحبها أو لعبة يفضلها تعدل سلوكه على أساس الثواب والعقاب وحل الثواب والعقاب محل اللذة والألم فى المستوى الغريزى السابق .

٣ — فى المرحلة الثالثة نجد أن السلوك يتعدل بالمدح والذم أو بعلامات الرضا والغضب أو السخط ، فإثابة الطفل على بعض الأعمال تكون عادة مصحوبة بعبارات المدح وعلامات الرضا . وكذلك العقاب يكون معه بعض عبارات الذم وعلامات التألم والغضب ويكفى لبعض الأطفال أن نظهر لهم عدم ارتياحنا ليقلعوا عن بعض الأعمال ونبين لهم علامات الاغتباط ، فيستمرون فى أداء بعضها الآخر ، وكثير من الأطفال عند شروعهم فى عمل ما ينظرون إلى وجوه أهليهم لعلهم يرون علامات خاصة يسترشدون بها للاستمرار فى العمل أو الانقطاع عنه . وبعد ذلك يهتم بالسلوك بناء على موافقة الجماعة التى ينتمى إليها . ونتيجة لكل ما تقدم يحدد الطفل بعض الأعمال بأنها تتفق معه ، والبعض الآخر بأنها لا تتناسب معه ، والأولى هى التى كانت تجلب رضاء المجتمع — بمعناه الواسع ، والثانية هى التى كانت تجلب له سخطه ، ثم يكون الشخص فكرة عن نفسه من تفاعلاته مع المجتمع ، فيرضى لعمل من الأعمال لأنه يتفق مع فكرته عن نفسه ولا يرضى عن الآخر لأنه لا ينسجم مع هذه الفكرة .

وهذه المرحلة التى يكون المرء فيها فكرة عن نفسه مشتقة من رضاء المجتمع يقف عندها كثير من الناس فلا ينمون بعدها ولا يعملون إلا على إرضاء المجتمع ، وهذا يفسر محافظة بعض الناس على بعض العادات والتقاليد برغم اقتناعهم بفسادها (بل قالوا إنا وجدنا آباءنا على أمة وإنا على آثارهم مهتدون) وفى هذا إشارة إلى

حرص البعض على إرضاء المجتمع حتى ولو كان يؤمن بأن ما يفعله لا يتفق مع الحق والواجب .

٤ – هناك مستوى أرقى من المستويات الثلاثة السابقة وفيه يقوم الإنسان بعمله بناء على فكرة خاصة أو تحقيقه لغرض أو مبدأ خاص ، بصرف النظر عما قد يقع عليه من ثواب أو عقاب أو يتجه إليه من مدح أو ذم ، ويصرف النظر عن رضاء المجتمع عنه أو غضبه عليه وهذا ما يتصف به ناشرو المبادئ الدينية ، أو الخلقية أو الوطنية ، وهم يسيرون فى عملهم برغم المقاومة الشديدة التى يلقونها فى بعض الأحيان ، وفى سيرة النبى عليه الصلاة والسلام أمثلة كثيرة ، ويكفى أن نذكر ما قاله لعمه « أبو طالب » بعد إذ عرضت قريش عليه المال والمنصب والجاه فقال ﷺ : « والله يا عم – لو وضعوا الشمس فى يمينى والقمر فى يسارى على أن أترك هذا الأمر – ما تركته حتى يظهره الله أو أهلك دونه » .

العواطف والنمو الأخلاقى :

رأينا كيف أن العواطف ليست فطرية وأنها مكتسبة . وأن الطفل سرعان ما يكوّن عواطف نحو والديه وإخوته وأقاربه ، وعندما تتكون هذه العواطف فإن سلوكه لا يتحدد ببساطة عن طريق اتباع مبدأ اللذة وتجنب الألم ، وإنما يتحدد سلوكه عن طريق عواطفه التى كونها وخاصة نحو والديه فقد يقلع عن سلوك يجلب له خبرة سارة ، إذا كان هذا السلوك يغضب والديه وقد يقبل على سلوك مؤلم له إذا كان فيه رضاء والديه ولن يسلك الطفل على هذا النحو إلا إذا كان قد كون عاطفة حب نحو والديه ، فالطفل فى باكورة حياته لا يكون لديه إحساس أخلاقى حقيقى ولكن توجد لديه بعض الأفكار عن الصواب والخطأ يمكن أن تقف أحياناً فى وجه دوافعه المؤقتة ولكن هذه الأفكار ليست مشيدة على أساس أخلاقى ، « فالصواب »

عند الطفل هو ببساطة ما يرضى الكبار ، «والخطأ» هو ما يغضبهم وليست هناك معايير معينة لدى الفرد حتى تتكون لديه العواطف المعنوية .

ويعتمد القانون الأخلاقى للبالغ اعتماداً أساسياً على العواطف المكتسبة خلال الطفولة والشباب ، وعلى ذلك فالعواطف ليست حافزة للسلوك فحسب بل هى أيضاً عوامل ضابطة ومحددة له وكثيراً ما تقف عواطفه حائلاً دون تحقيق نزوة داخلية جامحة ، فالعواطف التى تتكون بطريقة صحيحة سليمة تمثل ميلاً سائداً عند الفرد يرشده فى سلوكه الشخصى والاجتماعى وأن عواطف التلميذ الطيبة نحو مدرسته ومدرسيه لتحول دون ارتكاب أى عمل غير مرغوب فيه ، فهو إن قام بهذا العمل غير المرغوب فيه يكون قد أساء إلى موضوع عاطفته .

ومن العواطف المعنوية الهامة التى تتكون لدى الأطفال عاطفة العدل ، وحب العدل يكون واضحاً عند كل الأطفال تقريباً عندما يصلون إلى مرحلة الاهتمام الحقيقى بأترابهم ويحدث ذلك فى سن السادسة تقريباً .

ثم هناك عاطفة اعتبار الذات التى شرحناها من قبل وتعد أساس الأخلاقيات ، إذ أنها تتضمن وجود معيار أو مثال يضعه الفرد نصب عينيه فى كل ما يصدر عنه من سلوك ، وهذه العاطفة تعد معنوية لأنها موجهة نحو المثل الأعلى للفرد أى ما ينبغى أن يكون وليس ما هو عليه بالفعل .

ويعتمد ما ينميه الطفل من العواطف المعنوية الأخرى على ظروف حياته بوجه عام وعلى الكبار الذين يتعامل معهم بوجه خاص ، ولقد أبانت الاستقصاءات والدراسات عن أصل ونمو العواطف المعنوية وشبه المعنوية ، أنها غالباً ما تنشأ عن عواطف مادية وخاصة العواطف التى ترتبط بأشخاص معينين ، فعندما يعجب بفرد ما – أو حتى بشخصية تاريخيه أو خيالية – فإنه يميل لاعتناق العواطف المعنوية التى يتصف بها هذا الشخص موضوع إعجابه ويعتبره مثله الأعلى وقدوته الصالحة

ويتقمص شخصيته من حيث أفكاره وسلوكه من فرط إعجابه به .

وكثير منا يعتبرون النبي ﷺ وعمر بن الخطاب وعمر بن عبد العزيز رضي الله عنهما أمثلتهم العليا .

العواطف والشخصية :

العواطف ذات أهمية بالغة لكل من الفرد والمجتمع فهي تنظيم الحياة الانفعالية والنزوعية . وبغير العواطف تصبح حياتنا الانفعالية فوضى خالية من النظام أو الثبات أو الاستمرار ، وتصبح تحت رحمة الانفعالات اللحظية العابرة ولكن وجود عواطف أى وجود ميول راسخة وارتباطات وتعلقات واتجاهات محددة غالباً ما يؤدى بنا إلى أن نقاوم النزوات اللحظية والدوافع العابرة من أجل إرضاءات أكثر دواماً .

ويعزى بعض الفروق الفردية فى الشخصية إلى العواطف . فلدى كل فرد راشد يوجد عدد كبير من العواطف ، ولكن عدداً قليلاً منها – وقد لا يتعدى عاطفة واحدة – هو الذى يكون قوياً مسيطراً سائداً ، ويكون بمثابة النواة التى تنتظم حولها العواطف الأقل سيطرة ، وتتأثر شخصية الفرد إلى حد كبير بما لديه من هذه العواطف السائدة مثل الطموح الشخصى والولع بالبحث العلمى وحب المال الشديد ، وحب العمل ، والبخل وحب حياة الريف والحرص على السمعة الطيبة . إن معرفة العواطف السائدة لدى الفرد تلقى ضوءاً كبيراً على شخصيته .

العواطف والتربية :

ليست العاطفة حافزاً للسلوك فحسب بل هى أيضاً ضابطة وموجهة له ، فكثيراً ما تقف عواطفنا دون تحقيق نزوة لحظية أو شهوة وقتية ، فالعاطفة السائدة التى

تتكون بطريقة سليمة صحيحة تمثل ميلاً سائداً عند الطفل يكون موجهاً له وهادياً في تفاعله الاجتماعي وعلاقاته البيئية ، ومن ثم ينبغي أن نعنى بتكوين العواطف السائدة عند تلاميذنا في مراحل التعليم المختلفة ، وأن نعمل على غرس العواطف القوية ، فمن شب على حب أسرته أو مدرسته كان أدنى إلى أن يحب وطنه ، ومن شب على كره أسرته أو مدرسته ومدرسيه شاع في نفسه الكره لكل سلطة تعترضه أو تواجهه في مستقبل حياته ، فاحترام الطفل لوالديه ولمدرسيه أساس احترامه لنفسه ولكل سلطة مادية أو روحية فيما بعد .

أسئلة

١ – صف حالة انفعالية مررت بها على ضوء ما تعرفه عن الانفعال .

٢ – صف حالة طفل شاهدته عند استيلاء الغضب أو الخوف عليه .

٣ – إلى أى مدى يمكن أن تستفيد من الخوف كدافع وما هو الضرر الذى يحدث من الالتجاء إلى هذا النوع من التربية ؟

٤ – كيف تعدل انفعالات الغضب ؟

٥ – قل ما تعرفه عن :

(ا) أنواع العواطف .

(ب) العاطفة السائدة .

(جـ) عاطفة اعتبار الذات .

٦ – كيف نستفيد من العواطف فى تربية أبنائنا وما هو أسلوب التربية المطلوب للأطفال .

٧ – فسر الآية الكريمة :

(إن الله لا يغير ما بقوم حتى يغيروا ما بأنفسهم) .

٨ – تكلم عن دور التعلم والثقافة فى الانفعال .

٩ – اشرح كيف يمكن تعديل الانفعالات .

الفصل الرابع

الإدراك الحسى Perception

عملية الإدراك الحسى :

الإدراك الحسى هو الوسيلة التى يتصل بها الإنسان مع بيئته فهو لا يستطيع أن يأكل إلا إذا أدرك بطريقة ما أن ثمة ما يؤكل فى بيئته ، ولا يستطيع أن يحافظ على حياته إلا إذا أدرك وجود الأخطار التى تهدد حياته فيتجنبها .

وشرطا الإدراك الحسى هما : وجود الذات التى تدرك . والموضوع الذى يدرك أو العالم الخارجى الذى يمكن أن تدركه الذات البشرية ، فعالمنا الخارجى يمتلئ بالكثير من الأشياء والتى ننظرها ونسمعها ونشم رائحتها .

والحواس هى المنافذ الرئيسية للإنسان على العالم الخارجى وهى الأجهزة التى زود بها الإنسان للاتصال بهذا العالم . ويحدث الإحساس عادة عن طريقة تنمية أطراف الأعصاب الموجودة فى الأعضاء الحسية وانتقال هذا التنبيه فى الأعصاب

الحسية إلى المخ ، ومن ثم يحدث الإحساس ، والمؤثرات الحسية الخارجية تستقبلها العين ، والأذن والأنف ، واللسان ، والجلد ، وتنتج عنها الإحساسات الآتية :

١ – **إحساسات بصرية** : وعضوها المستقبل هو العين التى تتأثر بالموجات الضوئية .

٢ – **إحساسات صوتية** : وعضوها المستقبل هو الأذن التى تتأثر بالموجات الصوتية .

٣ – **إحساسات كيميائية** : وعضوها المستقبل هو الأنف والفم اللذان يتأثران بالمركبات الغازية أو السائلة .

٤ – **إحساسات اللمس أو الضغط** : وعضوها المستقبل سطح الجلد .

٥ – **إحساسات حرارية** : وعضوها المستقبل سطح الجلد فى أمكنة مختلفة عن الأولى تبعاً لتوزيع الأطراف العصبية الخاصة بها .

وهناك إحساسات تأتى من مؤثرات داخلية فتنقلها أعصاب داخلية وذلك كالإحساس بالجوع ، وامتلاء المثانة بالبول وألم الأسنان .

أما الإحساسات المفصلية والعضلية فتوجد الأعصاب المستقبلة لها فى العضلات والمفاصل ، والمؤثرات التى تبعثها هى الحركة وتقلص العضلات .

وأهم ما يميز الخبرات الحسية أنها دائماً ترتبط بأشياء ، فنحن إذا سمعنا صوتاً نقول هذا صوت سيارة ، أو هذا صوت محمد أو على . وحين نبصر فإننا نرى كتاباً أو رجلاً أو ضوء مصباح وهكذا فى كل الإحساسات المختلفة أى أننا نقوم بتمييز الإحساسات وتحديد الشيء الذى تبعث منه المؤثرات فنعطيه أسماء ونستجيب له بشكل يتفق وتفسيرنا وتحديدنا . وعملية التفسير والتحديد للإحساسات المنبعثة عن مؤثرات حسية تسمى بعملية الإدراك الحسى ، فالإدراك الحسى إذن هو :

عملية تتضمن التأثير على الأعضاء الحسية بمؤثرات معينة ، ويقوم فيها الفرد بإعطاء تفسير وتحديد لهذه المؤثرات .

خصائص عملية الإدراك الحسى :

١- الإدراك الحسى عملية معقدة وفيها فاعلية :

لا يقف الفرد من التنبيهات الحسية موقف المستقبل فقط بل يتناولها بالتأويل ويفرغ عليها من عنده ما يجعلها أشياء ذات معنى ، فالعقل يضيف ويحذف وينظم ويؤول ما يصل إليه من إحساسات . فإذا سمع صوتاً . حدد صاحب هذا الصوت ، ودلالة هذا الصوت من فرح أو ألم أو نداء أو إعجاب أو استنكار .

٢- الإدراك الحسى استجابة كلية :

كان علم النفس الترابطى القديم يزعم أن إدراكنا العالم الخارجى يبدأ بإحساسات منفصلة يترابط بعضها مع بعض حتى تتألف فيها المدركات الحسية ، فليس المدرك الحسى إلا مجموعة مركبة من إحساسات متراصة مترابطة . فإذا رشف الفرد رشفة من كوب شاى لم يزد ما يخبره على إحساسات منفصلة من الحلاوة والحرارة والرائحة ، ولكن مدرسة الجشطلت بينت فساد هذا الرأى وأكدت أن هذه الإحساسات المنفصلة لا وجود لها فى الواقع ، بل فى ذهن الشخص الذى يقوم بعملية التأمل الباطنى فطعم هذا الشراب إنما هو حالة شعورية عامة إجمالية يتعذر تحليلها ووصفها والتحليل يفسد هذه الوحدة ويذهب بخصائصها . فالذى يشرب الشاى يتكون عنده إدراك حسى كلى يشمل اللون والطعم والرائحة وهى كلها معاً مدركاً حسياً كلياً يستجيب له الفرد بالقبول أو عدم القبول . فالإدراك الحسى عملية إضافة وتجميع أو عملية تكامل وتأويل .

٣- الإدراك الحسى يسير من المجمل إلى المفصل :

لو ألقى الإنسان بنظرة على شخص أو على صورة لكان أول ما يراه من الشخص شكله العام ، ومن الصورة انطباعاً عاماً مجملاً . ثم إذا أطال النظر والتأمل أخذت تفاصيل الشخص أو الصورة تتراءى له واحدة بعد أخرى .

وقد أجريت تجارب عدة دلت على أن الإدراك الحسى عند الإنسان خاصة الإدراك البصرى يكون فى مبدئه إجماليًّا كليًّا . فطالب الجامعة فى عملية القراءة لا يقرأ حرفاً بحرف ، أى لا تنتقل عينه من حرف إلى حرف ، بل تنتقل فى قفزات تعقب كل قفزة وقفة ، ويتم الإدراك فى أثناء الوقفات إذ يتعرف الإنسان على مجموعات معينة من الحروف يشغله إدراكها الإجمالى عن إدراك تفاصيلها . ولهذا السبب لا يدرك الإنسان أحياناً الخطأ أو الحذف أو التغيير فى الكلمات المقروءة خاصة إن كانت مألوفة لديه .

وقد أفاد رجال التربية من هذه الظاهرة ، ففى تعليم الأطفال الرسم الآن لا يبدأ مدرس الرسم بتدريب التلاميذ على رسم الخطوط والدوائر والأشكال البسيطة بل يبدأ بتكليف التلاميذ رسم الحوادث والمناظر الطبيعية والقصص . كذلك الحال فى رسم الخرائط الجغرافية إذ يبدأ التلاميذ برسم تخطيط عام بدون الاهتمام بالتفاصيل والمنحنيات فى أول الأمر ، بل يضيفونها تدريجيًّا كلما اقتضى الأمر ذلك .

٤- الإدراك الحسى والانتباه :

الانتباه استعداد عام وظيفته توجيه الشعور إلى شىء معين أو تركيز الشعور فيه والإنسان لا ينتبه إلى جميع المنبهات الخارجية والداخلية التى تؤثر فيه من كل جانب وفى كل لحظة ، بل يختار منها ما يهمه ويستجيب لحاجاته الوقتية أو الدائمة فى

الانتباه ينشط الفرد ويريد أن يفعل شيئاً وكما أنه يختار بعض الموضوعات وينتبه إليها أى يجعلها فى بؤرة شعوره : فهو فى الوقت نفسه يتجاهل ماعداها ، أى يجعلها فى هامش شعوره ، وكلما ازداد تجاهله هذا اشتد تركيزه فيما ينتبه إليه .

وإذا كان الانتباه هو تركيز الشعور فى شيء فالإدراك هو معرفة هذا الشيء فالانتباه يسبق الإدراك ويمهد له أى أنه يهيئ الفرد للإدراك .

وتعرف الملاحظة بأنها إدراك يصحبه حصر الانتباه فى شيء معين بقصد فحصه ومعرفة صفاته وخواصه .

٥ – الإدراك الحسي والسلوك :

تعمل البيئة على تنشيط سلوك الفرد نتيجة لما يصدر عنها من منبهات : فإذا سمعت صوت بوق سيارة من خلفي سرت بسيارتى على جانب الطريق لأفسح لها لتمر ، والضوء الأحمر فى مفترق الطريق يحملنى على التوقف والانتظار ، ولون قماش جميل يدفعنى إلى الشراء . فالإدراك وسيلة الاتصال بالعالم الخارجى وهو الذى يجعل الفرد يكيف سلوكه ، ولهذا فإن الإدراك والسلوك ظاهرتان متضامنتان لا يمكن فصل إحداهما عن الأخرى .

٦ – الإدراك الحسي عملية انتقائية :

إن أغلب المواقف التى تعرض لنا مواقف معقدة تشتمل على عدد لا حصر له من الجوانب والنواحى التى يمكن إدراكها ، وليس فى وسع أحد أن يدركها جميعاً بل إنه يدرك نواحى وجوانب معينة فى لحظة معينة كذلك يختلف الناس بعضهم عن بعض من حيث ما يدركونه من موقف معين .

العوامل التى تؤثر فى الإدراك الحسى

هناك نوعان من العوامل :

١ – عوامل ذاتية .

٢ – عوامل موضوعية .

أولاً : العوامل الذاتية : Subjective Factors

١ – الحاجات العضوية الفسيولوجية Physiological Needs

إذا شعر الفرد بالجوع غلب عليه إدراك الأطعمة وروائحها فى مجال إدراكه والمثل العامى يقول «الجوعان يحلم بسوق العيش» .

٢ – الاتجاه العقلى :

إن الفرد يدرك عادة ما يتوقع أن يدركه أو ما هو مهيأ نفسيًّا لإدراكه ، ومن التجارب التى أجريت لإثبات أثر الاتجاه العقلى فى الإدراك الحسى تجربة قام بها مورفى Morphy وآخرون إذ حرم جماعة من الطعام لفترات مختلفة وعرض عليهم ومن خلف لوح زجاجى أشياء مختلفة عددها ثمانون وكانت تبدو هذه الأشياء من خلف اللوح الزجاجى غير واضحة عن عمد . وكان على الأفراد فى هذه التجربة تحديد أسماء الأشياء التى يرونها فكانت نسبة إدراكهم لما يرون على أنه مأكولات تزداد كلما زادت فترة الجوع .

٣ – الحالة المزاجية المؤقتة :

كلف أحد الباحثين بضعة أشخاص وصف صورة معينة وهم فى حالات

مزاجية مختلفة من الرضا والتزمت والقلق . أما الصورة فتمثل أربعة من التلاميذ يجلسون فى الشمس يكتبون ويستمعون إلى المذياع .

فجاءت الأوصاف مختلفة باختلاف الحالات المزاجية قال أحدهم وهو فى حالة الرضا : إن التلاميذ فى حالة انسجام تام يستمعون إلى الموسيقى ولا يفكرون فى شيء البتة . وقال مَن هو فى حالة التزمت أنهم يحاولون المذاكرة عبثاً ومَن هو فى حالة القلق : أنهم يستمعون إلى مباراة كرة القدم ويبدو أنهم فى مباراة حامية ويظهر على أحدهم أن فريقه خسر المباراة .

وهكذا أثرت الحالة المزاجية فى الإدراك .

٤ – ثقافة الشخص ومعتقداته :

إن معتقداتنا وتقاليدنا ونوع الحضارة التى نشأنا فيها تؤثر فيما ندركه وفى كيفية تأويلنا إياه . فالإسبانى فى حفل المصارعة للثيران لا يرى فيها إلا مهارة المصارع وجرأته ، بينما لا يرى العربى فيها إلا قسوة على الحيوان .

ثانياً : العوامل الموضوعية Objective Factors

ويقصد بها تلك العوامل التى لا ترجع إلى شخصية الفرد ودوافعه ومعتقداته .

ولو تأملنا فيما حولنا من موضوعات العالم الخارجى لرأينا أن هناك أشياء معينة تتضح وتبرز فى مجال الإدراك فى حين تبدو أخرى أقل وضوحاً وبروزاً . وإذا نظرنا إلى قطعة قماش ذات رسوم ، رأينا الرسوم ولم نر ما بينها من مساحات خاوية ولو حاولنا أن ننظر إلى هذه المساحات وحدها دون أن ننظر إلى الرسوم ، شعرنا بشيء من الجهد يحملنا على العودة إلى رؤية الرسوم ، لذا يقال إننا ندرك الأشياء ولا ندرك ما بينها من ثغرات . كذلك فيما ندركه بآذاننا فنحن نسمع اللحن بوضوح

ولا نسمع مصاحباته وبطانته إلا همساً ، كما تميز صوت رجل وسط الضوضاء التي تحيط به .

وعلى هذا فإن هناك أشياء تفرض وجودها على إدراكنا فرضاً دون سواها من الأشياء هذه الأشياء تسمى اصطلاحاً الصيغ .

ولو تأملنا أية صيغة لرأينا أنها تتألف من «شكل» له إطار خارجي يبرز على أرضية تكون أقل منه وضوحاً وبروزاً . فالنقش المرسوم على القماش صيغة ، والشكل الهندسي صيغة والبقعة السوداء تبدو شكلاً على أرضية بيضاء ، والعكس البقعة البيضاء تبدو شكلاً على أرضية سوداء .

وقد اهتمت مدرسة الجشطلت بدراسة العوامل الموضوعية التي تضطرنا إلى إدراك صيغ معينة في العالم الخارجي وتجعلنا ندركها «أشكالاً» تبرز على (أرضيات) أقل منها وضوحاً وبروزاً .

من هذه العوامل :

١ – عامل الاتصال : فالنقط المبينة في شكل (٢) لا تدرك كل نقطة منها على حدة بل تدرك سلسلة من النقط .

. . . .

شكل (٢) – عامل الاتصال

٢ – عامل التقارب : إذا أزلنا بعض النقط فإن هذه السلسلة سوف تبدو كما في شكل (٣) مجموعة من الأزواج ، بحيث تدرك كل زوج من النقطة صيغة مستقلة بذاتها .

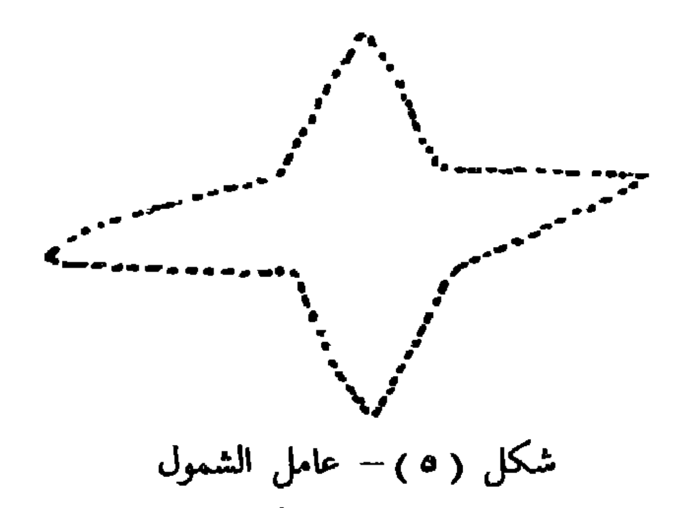
شكل (٣) – عامل التقارب

٣– عامل التشابه : فالأشياء أو النقط المتشابهة فى اللون أو الشكل أو الحجم أو السرعة ندركها صيغاً مستقلة (انظر شكل ٤)



شكل (٤) – عامل التشابه

٤– عامل الشمول : فالشكل التالى (انظر شكل ٥) ـ بنا إلى أن ندركه نجمة لا أشكالاً متفرقة .



شكل (٥) – عامل الشمول

الخطأ فى الإدراك الحسى :

كل منا معرض لأن يخطئ فى إدراكه . وقد يعود هذا الخطأ إلى عوامل ذاتية من الفرد المدرك أو إلى عوامل موضوعية تتعلق بصيغة الشىء المدرك فمن العوامل الذاتية التى تسبب الخطأ فى الإدراك الاضطراب والإيحاء ومن أمثلة الخطأ فى الادراك الناتج عن صيغة المدرك الخداع البصرى كما سنوضح فيما يلى :

١ – الاضطراب : يؤدى الاضطراب عند الفرد إلى احتمال الخطأ فى إدراكه وهذه ظاهرة معروفة فالتلميذ المضطرب يخطئ فى قراءة الأسئلة وفى نوبة الغضب أو الخوف لا نميز الأشخاص تماماً .

٢– الإيحاء : ويؤدى الإيحاء إلى الخطأ فى الإدراك . فمن التجارب التى أجريت أن أحد الأساتذة أحضر زجاجة مغلقة وقال لطلبته أن بها عطراً قويا وطلب ممن يبدأ فى شم هذه الرائحة أن يرفع إصبعه فرفع عدد من الطلبه أصابعهم . ولم يكن بهذه الزجاجة سوى ماء لا رائحة له . ويستغل هواة الألعاب السحرية الإيحاء بجعل الناس يرون ما يرغبون لهم رؤيته .

٣– الخداع البصرى : ويمدنا ميدان الإدراك البصرى بأمثلة كثيرة لظاهرة الخداع البصرى العادى الناشئ عن طبيعة المؤثر نفسه . فالخطوط الطولية من «شكل ٦» متساوية غير أن بعضها يبدو أقصر من الأخرى .

شكل (٦) الخداع البصرى

ومن أمثلة الخداع البصرى العادى الحركة الظاهرة فى الأفلام السينمائية . فالصور التى نراها معروضة على الشاشة ثابتة وليست متحركة كما تبدو لنا . إذ أن هذه الحركة موجودة فقط فى إدراكنا لها . فالفيلم ليس إلا مجموعة من الصور الثابتة تختلف الواحدة فيها عن الثانية اختلافاً طفيفاً فإذا عرضت بسرعة أدى هذا إلى ظهور الحركة التى نراها .

تحسين الإدراك الحسى :

نظراً لما للإدراك من أهمية فى حياتنا العملية واشتراكه فى كثير من العمليات النفسية كان الإدراك الجيد أمراً ضرورياً ، ويتحسن الإدراك بزيادة الخبرة العملية بالأشياء ، وبمقارنة الفرد لإدراكه بإدراك الآخرين ، ومما يساعد على تحسين الإدراك عدم الاضطراب والهدوء والحذر من العوامل الذاتية والتدريب .

أسئلة

١ – اشرح خصائص عملية الإدراك الحسى .
٢ – ناقش العوامل التى تؤثر فى الإدراك الحسى .
٣ – بين كيف يقع الخطأ فى الإدراك الحسى .

الفصل الخامس

التعلم Learning

معنى التعلم :

لكى نفهم معنى التعلم نسوق هذا المثل العملى : يبعث الآباء بأبنائهم إلى المدرسة وينتظر الآباء عودة الأبناء من المدرسة فى أول يوم ويسألونهم متلهفين ماذا تعلموه ؟ ويفرحون إذا ما ردد لهم الأبناء أرقاماً من واحد إلى عشرة أو رددوا الحروف الأبجدية من الألف إلى الياء . ماذا حدث ؟

قامت المعلمة بترديد الأرقام أو الحروف الأبجدية ، ورددها الأطفال من بعدها عدة مرات ، ثم سألتهم تكرارها وحدهم ، فأحياناً يصيبون وأحياناً يخطئون ، وهم يتناقشون فيما بينهم ويتباهون مما كان يدفع البعض إلى إجادة لفظ ، فلما عادوا إلى المنزل أحس الآباء بأن هناك شيئاً جديداً عرفه الأطفال ، أو بمعنى آخر حدث تغير فى أطفالهم ، لقد قام الأطفال بنشاط معين وأدى هذا النشاط إلى التغيير .

وهناك مثل آخر ينزل الطفل أو الكبير إلى البحر ليتعلم السباحة ويغطس في الماء ويشرب قليلاً من ماء البحر . ثم يعود ويكرر التدريب وقد يوجهه مدرب ، وبعد فترة يتقن السباحة ويسبح بسرعة وبسهولة ويسر ، لقد تعلم السباحة .

واصطلاح التعلم فى علم النفس أوسع معنى من المفهوم العادى المعروف بين جمهرة الناس فهو لا يقتصر على التعلم المدرسى المقصود ، أو التعلم الذى يحتاج إلى دراسة ومجهود . بل إنه يشمل علاوة على ذلك كل ما يكتسبه الفرد من اتجاهات ومهارات وعادات حركية أو لفظية أو عقلية أو خلقية ، سواء تم هذا الاكتساب بطريقة متعمدة أو بطريقة غير متعمدة .

وبهذا المفهوم يكون التعلم مرادفاً للاكتساب والتعود بأوسع معنى لهما .

فاكتساب الاتجاهات النفسية والعواطف والميول والسمات الخلقية والعقد النفسية والضمير يتم عن طريق التعلم .

ماذا يتعلم الفرد :

١ – العادات والمهارات :

وتشمل أوجه النشاط مثل المشى والجرى والقفز والرفع والخفض وما إلى ذلك من العمليات الجسمانية التى تتدخل فيها العضلات الإرادية . كذلك الأصوات والكتابة والعزف على الآلات الموسيقية والمهارات اليدوية التى تدخل فيها العضلات الدقيقة كعضلات أصابع اليد ، (الكتابة على الآلة الكاتبة) والجراحة التى تعتمد على دقة أصابع الطبيب . والمهارات عبارة عن عادات حركية لها أهداف اجتماعية كمهارة الكتابة على الآلة الكاتبة مثلاً . والعادة عبارة عن أى نشاط يقوم به الفرد بطريقة آلية وبسهولة نتيجة التكرار ، وتتكون من أنماط حركية معروفة بصرف النظر عن الهدف من النشاط ، فطريقة لبس الملابس تصبح عادة

لدى الفرد ، وكذلك الطريقة التى يشعل بها سيجارته وطريقة جلوسه وسيره ونومه وهكذا .

والعلاقة بين العادة والمهارة علاقة وثيقة . فالكتابة باليد اليمنى عادة ومهارة أما الضحك بصوت مرتفع فيعتبر عادة ولكنه ليس بمهارة ، وهو يعتبر مهارة فى ممثل الأدوار الهزلية .

٢- المعلومات والمعانى :

يكتسب الفرد منذ ولادته المعلومات والمعانى باستمرار حتى يتمكن من التفاعل مع غيره من الأفراد فى ثقافته ، إذ يتعلم أسماء الناس والحيوانات والأشياء والأماكن وما إليها ، كما يتعلم اللغة والحساب ويعرف الأحداث التاريخية ويفهم المبادئ العلمية والتشابه والاختلاف بين الأشياء ، كما تتكون لديه ذكرياته الخاصة . وهذه وغيرها معلومات يكتسبها الفرد بالتعلم ، وتدخل كل هذه المعلومات ضمن حصيلة خبرات الفرد التى يستعين بها فى حل مشاكله كما تساعده على ربط الماضى بالمستقبل .

٣- السلوك الاجتماعى :

الإنسان حيوان اجتماعى وهو فى تفاعل مستمر مع أفراد ثقافته ويتعلم فى أثناء هذا التفاعل كيف يعبر عن انفعالاته وكيف يؤثر فى الأفراد ويتأثر بهم ، ويكتسب بذلك ميوله واتجاهاته النفسية وفكرته عن نفسه والدور الذى يلعبه فى الحياة كابن أو ابنة ثم كطالب ثم كمواطن .

٤ – مميزات الفرد الخاصة :

ويقصد بها المميزات الفردية الخاصة كالسمات التى تميزه كفرد ، وهذه المميزات تميز الفرد بشكل واضح مثل طريقة الضحك والكلام والمشى وبعض الحركات العصبية اللاإرادية كرفع الحاجبين مثلاً أوتحريك أى جزء من الوجه والجسم ، وتعتبر هذه العمليات كلها عمليات مكتسبة تعلمها الأفراد نتيجة لخبراتهم الخاصة .

تعريف التعلم :

يمكن أن نعرف التعلم على هذا الأساس بالتعريف التالى :

التعلم تغير أو تعديل فى سلوك الكائن الحى ، أدى إليها قيام الكائن بنوع من النشاط ، بحيث يشترط ألا يكون هذا التغير أو التعديل قد تم نتيجة النضج أو النزعات الموروثة أو الحالات المؤقتة كالتعب أو التخدير .

نتائج عملية التعلم :

والتعلم عملية داخلية فى الفرد لا يمكن ملاحظتها ملاحظة مباشرة إنما نحن نحكم عليها بآثارها ونتائجها . أما نتائج التعلم فهى ما نلمسه ونلاحظه ونقيسه .

ولاشك أن عملية التعلم أكثر ضرورة للإنسان منها لدى أى كائن حى آخر نظراً لأن الإنسان يعيش فى بيئة بعيدة كل البعد عن الطبيعة الأولى ، فنحن نعيش فى مجتمع متحضر معقد ، له من أساليبه الخاصة والعامة ، ما يبعده كل البعد عن البيئة الطبيعية التى نشأ فيها الإنسان الأول . فالطفل فى نموه مثلاً يتعلم أموراً كثيرة مثل ضبط عمليتى الإخراج واكتساب اللغة وأساليب التكيف الشخصى . ونحن

لا نستجيب لكل موقف استجابة واحدة معينة ، بمعنى أننا لا نقف عند حد الأسلوب الفطرى من السلوك بل نكتسب أنماطاً معينة من السلوك ، وهذه الأنماط هى العادات ، فالعادة هى نمط أو أسلوب أو طراز معين من السلوك المكتسب الذى تعلمه الإنسان فى أثناء حياته وفقاً للظروف المختلفة التى يعيش فيها ، والعادة بعد اكتسابها تحتل فى حياة الفرد منزلة كبيرة لأن الإنسان الراشد عبارة عن مجموعة من العادات التى تكون جزءاً من شخصيته ، فكل منا له عاداته الخاصة المتعلقة بمأكله وملبسه وطريقة كتابته وطريقة سيره فى الطريق ، كما أن له عاداته الفكرية الخاصة أعنى الطريقة التى يفكر بها والتى يقابل بها مشاكله ، كما أن له عاداته الوجدانية الخاصة الممثلة فى عواطفه فيما يحبه ويكرهه وميوله واتجاهاته وقيمه .

والعادات تؤدى غرضاً حيويًّا فى حياة الإنسان ، إذ أنها تساعده على التوافق مع المجتمع الخارجى بأقل مجهود ممكن وإجراء أكثر ما يمكن من أفعال بطريقة آلية لا تفكير فيها ، لذلك يجب أن نعنى عناية خاصة بتكوين العادات الصالحة عند الأطفال فى مراحل النمو المختلفة ، فعلى مدى ما ننمى فيهم من عادات طيبة يشبون وقد أصبحوا مواطنين صالحين يشاركون فى رفاهية المجتمع وإسعاده فى كل ناحية من نواحيه .

ومهمة المدرسة على هذا الأساس لا تقتصر على تعليم مبادئ القراءة والكتابة والحساب والمعلومات العامة ، إنما يجب أن تتعدى هذا إلى أن تسهم إيجابيًّا فى تحقيق الأهداف التربوية العامة بجانب الأهداف التربوية الخاصة بكل مرحلة .

النضج والتعلم :

يجب أن نميز بين النضج والتعلم ويقصد بالنضج التغيرات الداخلية فى الكائن الحى أو الفرد التى ترجع إلى تكوينه الفسيولوجى والعضوى ، وخاصة الجهاز

العصبى ، فالتغيرات التى ترجع إلى النضج هى تغيرات سابقة على الخبرة والتعلم ، وهى نتيجة التكوين الداخلى فى الفرد ، ولا تلعب العوامل البيئية ، أى الخارجية دوراً فى خلق هذه التغيرات وإبداعها ولكن يقتصر دور العوامل البيئية على تدعيمها وتوجيهها .

التدريب والنضج :

يجب أن نميز بين النضج والتدريب وأوضح مثال لذلك تعلم اللغة عند الطفل . فالطفل لا يتعلم الكلام حتى وقت متأخر نسبيًّا ولكن اللغة التى يتعلمها هى التى يسمعها بمعنى أن قدرة الطفل على تعلم لغة ما مشروطة بنضج جهازه الصوتى ووظائفه العقلية ، أما اللغة نفسها التى يتكلم بها سواء العربية أو الإنجليزية أو الفرنسية فإنها تتوقف على تدريبه ، فإذا شب فى بيئة تتكلم العربية تعلم اللغة العربية ، وهكذا يكون النضج غير كاف بنفسه لتحقيق عملية التعلم وإن كان شرطاً ضرورياً لها . . والنضج نوعان :

١ – النضج العضوى :

يقصد بالنضج العضوى ، النمو الجسمى السوى لأعضاء الجسم المتصلة بالوظيفة التى يتعلم الفرد فى مجالها . فالطفل مثلاً لا يستطيع المشى إلا إذا قويت عضلات ساقيه ، ومن الخطأ أن نرغم الطفل على المشى إذا لم يكن قد وصل نضج ساقية إلى المستوى المطلوب لأى سبب من الأسباب كإصابته بلين العظام مثلاً ، وفى هذه الحالة يكون تدريبه على المشى قبل علاجه مضرًّا له .

٢– النضج العقلي :

ويقصد بالنضج العقلي درجة النمو العامة في الوظائف العقلية فالطفل في سن التاسعة مثلاً يحفظ عمليات الضرب آليًّا دون فهم منه لمدلول هذه العمليات ، ويكتفي في هذه المرحلة بأن نطلب منه حفظ عمليات الضرب بدون أن نسأله تفسيراً لها . وفي مرحلة متقدمة بعد ذلك يستطيع أن يدرك أن ٧×٩ هي مجموع ٧ تسع مرات أو مجموع ٩ سبع مرات .

والنضج العقلي في دور المراهقة يتمثل في نمو القوى العقلية كالحكم والتعليل والفهم والذاكرة وتركيز الانتباه وتزداد حواس المراهق دقة وإرهافاً كاللمس والذوق والسمع .

ويمكن تلخيص العلاقة بين النضج والتعلم فيما يلي :

١ – يتوقف تعلم موضوع معين على نضج الأجهزة الجسمية والوظائف العقلية التي تعتبر مسئولة عن أداء الفرد في تعلمه موضوعاً ما . ومن العبث محاولة إكساب فرد القدرة على أداء عمل ما إذا لم يكن نضجه ييسر له الأداء ، ومن هذا يعتبر النضج شرطاً للتعلم . فلا يمكن تدريس القراءة للطفل إلا إذا كان مستعدًّا وناضجاً لقبولها وتعلمها أي عنده استعداد للقراءة Reading Readiness .

٢ – النضج وحده غير كاف لحدوث التعلم ، بل لابد من توافر شرط الممارسة ، بمعنى أن الطفل في سن السابعة ييسر له نضجه اكتساب القدرة على الكتابة والقراءة لكنه لا يستطيع اكتساب هذه الأمور إلا بالخبرة والممارسة Experience and practice .

٣– أساليب النشاط الضرورية للكائن الحي كالمشي عند الإنسان والحيوان

والعوم عند السمك والطيران للطيور تتأثر قليلاً بالتدريب والممارسة ، فالإسراع بالتدريب قبل النضج قد يعوق الطفل ولكن التدريب فى الشهر الثانى عشر أو الثالث عشر من عمر الطفل مثلاً ، يفيده فى عملية التناسق بين ساقيه واحتفاظه بحالة التوازن الرأسى المتحرك بطريقة صحيحة أطول مدة ممكنة .

الدافعية Motivation

لعل أهم مبدأ فى التعلم هو وجود الدافع إذ بينت التجارب أن الحيوانات الجائعة تتعلم أسرع من الحيوانات غير الجائعة . ووجود الحوافز المالية والمعنوية تساعد على زيادة نشاط العمال وكثرة إنتاجهم ، والثواب سواء كان ماديًا أو معنويًا يساعد على زيادة تحصيل التلاميذ .

وتتحكم المدرسة عادة فى توجيه سلوك الطفل عن طريق تهيئة الحوافز وهذه تتضمن الثواب والعقاب فى مظاهرهما المختلفة من مدح وذم ، ونجاح وفشل ، وأثر معرفة الطفل لنتائج أوجه النشاط التى يقوم بها .

١ – الثواب والعقاب Reward and Punishment

(ا) الثواب أفضل من العقاب ، والمدح أفضل من اللوم بوجه عام .

(ب) الثواب يؤدى بالفرد إلى تكرار ما يثاب عليه فى حين أن العقاب قد لا يمنعه من معاودة الخطأ ، بل قد يؤدى إلى تكرار الخطأ ورسوخه ، فالطفل الذى يتبول لا إراديًا يزيده العقاب سوءاً ، والمراهق الذى يجنح إلى الخيال لا يفيد ضربه فى الإقلاع عن أحلام اليقظة .

(جـ) العقاب باعث على التعلم ولكن أثره يختلف باختلاف الأفراد وذلك بشرط أن يكون العقاب معقولاً ، لأن الإسراف فى العقاب قد يورث الشعور

بالنقص وكره المعلم أو مادته وضعف الثقة بالنفس .

(د) الجزاء العاجل ثواباً كان أم عقاباً أجدى من الجزاء الآجل .

(هـ) العقاب فى صورة حرمان من الامتيازات قد يجدى فى بعض الأحيان ومع هذا يجب مراعاة الحرص والفوارق الفردية فى استعماله . ومن أمثلة الحرمان من الامتيازات عدم إشراك المذنب فى نشاط فريقه الرياضى أو الأندية التى تشترك فيها أو حرمانه من رحلات المدرسة مؤقتاً .

(و) اللوم الفردى – غير العلنى – هو النوع الوحيد من العقاب الذى تربو فائدته على ضرره بقدر طفيف مع ضرورة استخدام الإقناع والاعتراف من جانب المذنب بما جناه وبخطئه فى تصرفه .

(ز) العقاب يزداد ضرره وعقم أثره على قدر ما يجرح من كبرياء المعاقب ويمس احترامه لذاته ويجعله يفقد ماء وجهه ، والواقع أن العقاب باعث سلبى قد يحمل الفرد على تجنب الخطأ ، لكنه يندر أن يوجهه توجيهاً واضحاً إلى ما يجب عليه أن يعمله وهذا على عكس الثواب ، ولهذا ينصح بأن تكون العقوبة فردية دون إعلان عنها .

٢ – المدح والذم Praising and Blaming

يعتبر المدح نوعاً من الثواب ، كما يعتبر الذم نوعاً من العقاب .

ومن التجارب المشهورة لبيان أثر كل منهما تجربة قامت بها هارلوك Harlock توضح الأثر النسبى لكل منهما فى تعلم مادة الحساب إذ أعطت اختباراً مبدئيًّا فى الجمع لمجموعة من التلاميذ ثم قسمت المجموعة كلها إلى أربع فئات متكافئة . وأعطت هذه الفئات سلسلة من الاختبارات فى الجمع واستعملت الثناء مع المجموعة الأولى ، على حين استعملت الذم مع المجموعة الثانية ، وتجاهلت المجموعة

الثالثة فلا مدح ولا ذم . أما الفئة الرابعة فاستخدمتها كمجموعة للمقارنة تعمل تحت الظروف العادية فى المدرسة .

وقد كانت النتائج التى توصلت إليها هى أن الثناء المستمر يؤدى إلى نتائج أحسن من الذم المستمر كحافز لعمل مدرسى من هذا النوع ، كما وجدت أن أثر كل من الثناء والذم أجدى من التجاهل ، وإن كانت المجموعة التى تجاهلتها أبدت تقدماً يفوق تقدم الفئة التى اتخذتها للمقارنة وتركتها تعمل فى الظروف العادية التى تسود المدرسة .

٣- النجاح والفشل Success and Failure

يعتبر النجاح ثواباً كما يعتبر الفشل عقاباً والنجاح لا يعرف نفسيًّا إلا من وجهة نظر الشخص نفسه ، والأهداف التى يسعى إليها . فما يعتبر نجاحاً بالنسبة لفرد معين يعتبر فشلاً بالنسبة لفرد آخر . وقد أثبتت التجارب أن النجاح يؤدى إلى النجاح إلا أن بعض التربويين يرون أن الطفل قد يستفيد من الفشل لأنه سوف يخرج إلى مجتمع تقوم العلاقات الاجتماعية فيه أكثر الأحيان على التنافس . لذلك لا يرون ضرراً إذا تعرض الطفل لبعض الخبرات التى يفشل فيها على أن يوجه بعدها توجيهاً سليماً لإدراك عوامل الفشل ومحاولة تجنبها ، وبذلك يذوق طعم النجاح بعد محاولات فاشلة ، فيتعود على حقائق ومشكلات الحياة ، ولا يأخذ كل أموره ببساطة وسهولة ، فينمو على طريق التربية الاستقلالية ويعتمد على نفسه . ويصبح الفشل فى أى موقف أو عمل حافزاً له على تكرار المحاولة حتى يصل إلى النجاح .

وما ينطبق على الطفل ينطبق على المراهق أو الكبير . ومن الملاحظ أن نمو الإنسان يبعده بالتدريج عن مبدأ اللذة والمصلحة الشخصية إلى مبدأ الواقعية والمصلحة العامة ومراعاة الآخرين ، وبذلك يحدث النجاح والفشل نتيجة لتعامل

الفرد مع المجتمع الذى لا يحقق للإنسان كل رغباته ولذاته ، بل يوقفه عند حدود وقوانين المجتمع الذى يعيش فيه ، فيصبح تدريجيًا أكثر واقعية (عكس الخيالية) وأكثر مراعاة للآخرين (عكس الأنانية) .

طرق التعلم

١ - التعلم بالمحاولة والخطأ Trial and Error :

يرتبط هذا النوع من التعلـم بالعالم الأمريكى ثورنديك Thorndike وهو يرى أن التعلم سواء فى الحيوان أو الإنسان يتم بالمحاولة وحذف الخطأ .

إذ يواجه المتعلم عادة مشكلة من المشاكل عليه القيام بحلها للوصول إلى هدف من الأهداف مثل الهرب من صندوق مغلق للوصول إلى الطعام الذى يوجد خارج الصندوق ، وقد أجرى ثورنديك تجاربه على القطط والكلاب والأسماك والقرود . وقد لاحظ ثورنديك أن المحاولات الأولى للقطة المحبوسة والجائعة فى قفص مثلاً تكون عبارة عن محاولات عشوائية حتى تصل بالصدفة إلى القيام بالاستجابة الصحيحة التى تؤدى بها إلى الخروج من القفص وتناول الطعام ثم تقل بعد ذلك الحركات العشوائية تدريجيًا فى التجارب التالية ، وبالتالى يقل الوقت الذى تستغرقه القطة حتى تتمكن من فتح الباب وقد خلص من ذلك إلى ما سماه قانون الأثر . ويتلخص فى أن الاستجابة الناجحة فى موقف معين تقترن بحالة الرضا والسرور . وهذا السرور من شأنه أن يقوى الرابطة العصبية بين المنبه وهذه الاستجابة الناجحة ، أى إن حالة الرضا التى تنجم عن نجاح استجابة معينة تنزع بذاتها إلى تعزيز هذه الاستجابة واطراد حدوثها حين يتكرر الموقف . ومن جهة أخرى فالاستجابة الفاشلة تقترن بالألم وهذا الألم من شأنه أن يضعف الرابطة العصبية

ويقلل من احتمال حدوث هذه الاستجابة مرة أخرى.

ويرى بعض العلماء أن تعلم كثير من المهارات خاصة المهارات الجسمانية واليدوية تعتمد على هذه الطريقة من طرق التعلم. فمن يتعلم التنس أو كرة القدم أو القفز على العقلة أو الحصان أو من يتعلم الآلة الكاتبة يقوم بعمليات وحركات لا ضرورة لها. وبالتمرين يحاول التخلص من الحركات غير الضرورية تدريجيًّا ويثبت الحركات التى توصله إلى الهدف.

ويشترط فى مثل هذا النوع من التعلم عدة عوامل:

١ – قيام الكائن الحى بنشاط نتيجة لاستثارة حاجة عنده.

٢ – قيام الكائن باستجابات متعددة إذ يحاول الكائن عدة محاولات حتى يعثر على الاستجابة التى توصله للهدف.

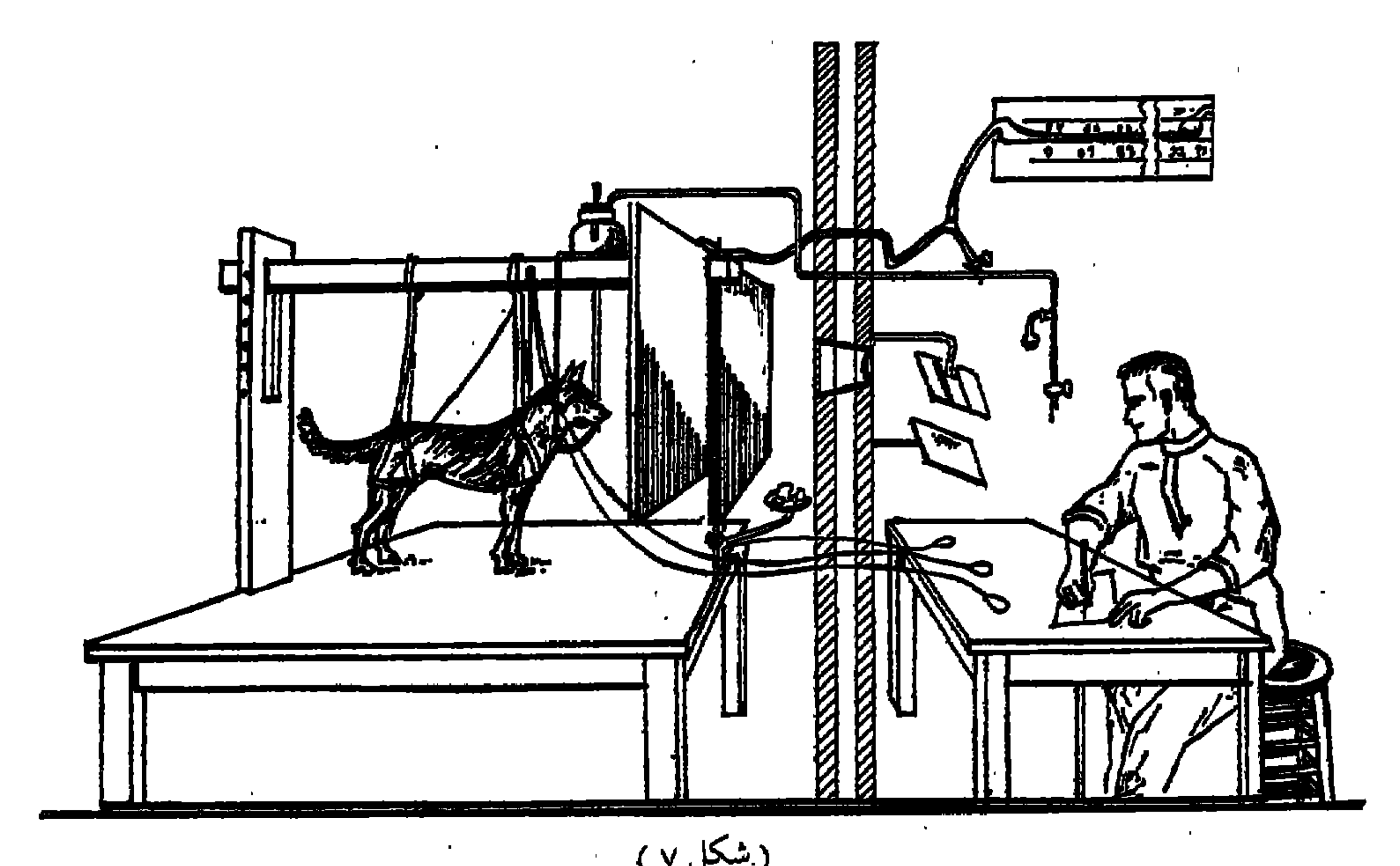
٣ – يشترط لإتمام التعلم إثابة الاستجابة، فالقطة لم تتعلم طريقة فتح باب الصندوق إلا بعد إثابتها بوجود الطعام خارجه وحصولها عليه.

٤ – يقوم الكائن الحى باستجابات مختلفة بعضها خاطئ لا يوصل إلى الهدف فتأخذ هذه الاستجابات فى الزوال تدريجيًّا على حين تقوى تدريجيًّا الاستجابة الصحيحة التى توصل إلى الهدف حتى ينتهى الأمر بأن تزول الاستجابات الخاطئة نهائيًّا، ويقوم الكائن الحى بالاستجابة الصحيحة فى الموقف فى أقل وقت ممكن وأقل مجهود.

٥ – يتم هذا النوع من التعلم فى المواقف التى يكون فيها الهدف واضحاً (الطعام) ولكن طريقة الوصول إليه غير معروفة (فتح القفص).

٢ – الإشراط أو التعلم الشرطى (Conditioning)

كان العالم الروسى «بافلوف Pavlov» يقوم بدراسة الأفعال المنعكسة المتصلة



(شكل ٧)

التعلم عن طريق الأشراط الذى أثبت وجوده العلامة الروسى بافلوف

بعملية الهضم وقد لاحظ أن لعاب الكلب يسيل عند رؤية الطعام وقبل أن يوضع الطعام فى فمه . وقد دفعته هذه الملاحظة إلى القيام ببعض التجارب لدراسة هذه الظاهرة وتتلخص هذه التجارب فى جمع لعاب الكلب عن طريق أنبوبة من المطاط تمر خلال فتحة فى صدغ الكلب . وتمكن هذه الطريقة من جمع لعاب الكلب وقياس كميته بدقة . قام بافلوف بعد ذلك بإضاءة ضوء أو دق جرس قبل تقديم الطعام إلى الكلب مباشرة ، وكرر ذلك عدة مرات فوجد أن لعاب الكلب يسيل بعد ذلك عند رؤية الضوء فقط أو دق جرس بدون وجود طعام لأن الضوء أو صوت الجرس ارتبط عند الكلب بسيلان اللعاب وسمى بافلوف هذا المثير الجديد للعاب وهو الضوء أو صوت الجرس Conditional Stimulus مثيراً شرطيًّا ، بينما الطعام هو المثير الطبيعى للعاب ، أو المثير غير الشرطى Unconditional Stimulus ويسمى سيلان اللعاب للطعام فعلاً منعكساً غير شرطى Unconditional Reflex على حين يسمى سيلان اللعاب للضوء أو للجرس فعلاً منعكساً شرطياً Conditioned Reflex .

ويبين شكل ٧ نموذجاً للجهاز الذى استخدمه بافلوف فى تجاربه . وبينت التجارب بعد ذلك أن أقل وقت يمضى بين ظهور المثير الشرطى (الضوء أو الجرس مثلاً) والمثير الطبيعى (الطعام) يجب ألا يزيد عن نصف ثانية حتى يمكن أن يحدث الارتباط بين المثير الشرطى وبين سيلان اللعاب ، كما بينت التجارب أن عدد مرات تكرار ظهور المثيرين معاً لكى يتم التعلم الشرطى يتوقف على سن وذكاء من تقع عليه التجربة .

وقد تم استخلاص ستة مبادئ للتعلم الشرطى يمكن تلخيصها فيما يلى :

١ - التكرار Repetition أن تكرار المصاحبة بين الجرس وبين الطعام ضرورى لكى يتم الارتباط بين الجرس وبين اللعاب .

٢ – التدعيم (Reinforcement) أن التدعيم ضرورى لتكوين الاستجابة الشرطيه ويقصد بالتدعيم هنا أن المثير الشرطى (الجرس) يجب أن يتبعه مباشرة المثير الطبيعى (الطعام) حتى تتم الرابطة بينه وبين الاستجابة الشرطية (اللعاب).

٣ – الانطفاء (Extinction) : إذا تمت الرابطة بين الاستجابة الشرطية والمثير الشرطى ، ثم تكرر ظهور المثير الشرطى دون ظهور المثير الطبيعى معه يضعف أثر هذا المثير الشرطى بالتدريج فلا يثير الاستجابة الشرطية وتسمى هذه الظاهرة بالانطفاء . فإذا دق الجرس عدة مرات متتالية دون مصاحبة الطعام له يضعف سيلان اللعاب للجرس تدريجيًا حتى يتلاشى فلا يصبح دق الجرس بعد ذلك يثير اللعاب .

٣ – **الاسترجاع التلقائى** (Spontaneous Recover) لقد وجد أن الانطفاء لا يؤدى إلى زوال الاستجابة الشرطية نهائيًا فبعد فترة من الراحة لا يحدث فيها أى تدعيم للاستجابة الشرطية نجد أن المثير الشرطى يستطيع أن يثير الاستجابة الشرطية من جديد وتسمى هذه الظاهرة بالعودة التلقائية .

٤ – **التعميم** (Generalization) لقد وجد أنه إذا تمت الرابطة بين مثير معين واستجابة معينة فإن أى مثير آخر يشبه هذا المثير يمكن أن يثير نفس الاستجابة .

فإذا تعلم الكلب الاستجابة لدق ناقوس معين فأى ناقوس آخر دقته أعلى أو أقل من دقة الناقوس الأصلى يثير أيضاً نفس الاستجابة وتسمى هذه الظاهرة بالتعميم .

٥ – **التمييز** Discrimination على الرغم من إثبات التجارب لمبدأ التعميم ، أى استجابة الكائن الحى لمثيرات بينها وبين المثير الأصلى شبه ، فإنه من الممكن تعلم

الكائن الحى الاستجابة إلى المثير الأصلى وحده ، وعدم الاستجابة للمثيرات المشابهة وذلك بتدعيم المثير الأصلى وحده دون المثيرات الأخرى . فإذا تعلم الكلب مثلاً الاستجابة لدقة ناقوس عالية ، وتبعاً لمبدأ التعميم استجاب لدقة ناقوس منخفضة – فإننا نتمكن – بتقديم الطعام دائماً مصاحباً لدقة الناقوس العالية وعدم تقديم الطعام مع الدقة المنخفضة من تعلم الكلب الاستجابة للدقة العالية وحدها وعدم الاستجابة للدقة المنخفضة ، ومعنى هذا أن الحيوان تمكن من التمييز بين المثيرين .

التعلم الشرطى الثانوى (Secondary Conditioning)

بينا أن التعلم الشرطى يتم إذا تصاحب المؤثر غير الطبيعى (الشرطى) بالمؤثر الطبيعى (غير الشرطى) كمصاحبة ظهور الضوء بتقديم الطعام فيتعلم الحيوان أن يسيل لعابه لمجرد ظهور الضوء فإذا تصاحب بعد ذلك ظهور الضوء لدقة الناقوس دون تقديم الطعام ، فإن الكلب يتعلم الاستجابة لدقة الناقوس لارتباطها بظهور الضوء الذى هو نفسه مثير غير طبيعى للعاب ولكنه مُتَعَلَّم . وهكذا يتعلم الكلب الاستجابة للجرس لا عن طريق ارتباطه بالطعام ولكن عن طريق ارتباطه بالضوء . ويمكن بعد أن يتعلم الكلب الاستجابة للجرس بهذا الشكل أن يتعلم الاستجابة لمثير آخر يرتبط ظهوره بدقة الجرس . ويمكن أن يتسلسل فى ذلك إلى عدد كبير من المثيرات بربط الواحد بالثانى وهكذا ، ويسمى هذا بالتعلم الشرطى الثانوى .

ومن علماء التعلم الشرطى نذكر :

جاثرى Guthrie : وأساس التعلم عنده هو الترابط بين المؤثر والاستجابة غير أنه يضع قانوناً واحداً لكل أنواع التعلم . وهذا القانون هو «إذا كانت لدينا مؤثرات

معينة وصحبتها حركة من الحركات ، فإن هذه الحركات تظهر ثانية بمجرد ظهور المؤثرات . ويتم الترابط بين المؤثرات والحركات بمجرد حدوثهما معاً مرة واحدة .

ويصر جاثرى على ضرورة تلازم المؤثر والاستجابة أى حدوثهما فى وقت واحد حتى يتم الترابط أو التعلم ، وإذا كان التكرار يؤدى إلى التحسن فليس هذا فى نظره لأن التكرار يزيد من الارتباط بين المؤثر والاستجابة ، ولكن لأن التكرار يسمح بإيجاد الارتباط بين المؤثرات الجديدة والحركات الجديدة ، فإذا أخذت مثلاً لعبة كرة السلة نجد أن قذف الكرة فى السلة لا يتوقف على حركة عضلية واحدة بل يتوقف على عدة حركات تتم فى ظروف مختلفة ، ويتم تعلم كل حركة من الحركات فى محاولة واحدة من المحاولات . لهذا يجب التمرن فى مواقف مختلفة . لأن كل تمرين يضيف حركة جديدة حتى يتمكن الفرد من اكتساب كل الحركات التى تدخل فى هذه المهارة ، وكلما تعددت الحركات فى عملية من العمليات زاد هذا من تعقدها ، وزادت الحاجة لتكرار المران لاكتساب حركات جديدة .

ويرى جاثرى أن الفرد يتعلم عادات تبعاً للارتباطات بين المؤثرات والحركات وهذه العادات ثابتة ولا تنسى إلا بتعلم عادات جديدة مناقضة لها .

ولهذه النظرية مع بساطتها قيمتها فى التطبيق العملى ، إذ بينت قيمة التكرار لافى تقوية العادة بتقوية الرابطة بين المؤثر والاستجابة ولكن فى تعلم حركات أو عناصر جديدة ، كما بينت لنا كيف أن تعلم الاستجابات الجديدة تتناقض مع الاستجابات القديمة تؤثر عليها وتضعفها وتؤدى إلى نسيانها . فتعلم الطفل للغة أجنبية قبل سيطرته على لغته الأصلية يضعف تحصيله فى لغته الأصلية . وقد بين لنا جاثرى الطرق العملية التى نتمكن بها من تعليم الإقلاع عن عادات غير المرغوب فيها وذلك بالوسائل الآتية :

١ – التأثير بالمؤثر بدرجة مخففة حتى لايتمكن من استثارة الاستجابة غير

المرغوب فيها ، ففى تدريب الخيل على وضع السرج على ظهرها لا يمكننا أن نضع السرج مرة واحدة لأن هذا سيجعلها تقفز وتجرى ، وهذه استجابة غير مرغوب فيها . لذا يستحسن البدء بوضع قطعة قماش خفيفة على ظهر الحصان ثم نزيد من وزنها بالتدريج حتى وضع السرج كله على ظهره .

٢ – الاستمرار فى التأثير بالمؤثر ولمدة حتى يعترى التعب الاستجابة غير المرغوب فيها وتستمر فى ذلك حتى يتم تعلم استجابة جديدة .

٣ – التأثير بالمؤثرات فى الوقت الذى تكون فيه عوامل أخرى موجودة تعمل على كبت الاستجابة ، فإذا كان لدينا كلب يعتدى على الدجاج فإننا إذا قمنا بربط دجاجة ميتة فى عنقه سيحاول التخلص منها . وسيجد مشقة فى ذلك فيتعلم أثناء ذلك تجنب الدجاج القريب منه .

وهذه تجربة أجريت ونتج عنها ابتعاد الكلب عن الدجاج .

كلارك هل : C. Hull

يسلم هل بأن الكائن الحى يولد مزوداً بمجموعة من الاستجابات لإشباع حاجاته الأولية ، وهذه الاستجابات تستدعى إذا ماأثيرت هذه الحاجات أو وجد مايحركها.فهو إذا عطش يستجيب بطريقة خاصة فيبحث عن الماء ، وإذا جاع بحث عن الطعام .

وعلى هذا فالاستجابات الناتجة عن وجود حاجة معينة لدى الكائن الحى ليست استجابة عشوائية . إنما هى الاستجابات التى تشبع هذه الحاجة على خير وجه ممكن .

والحاجة عند هل : هى حالة لدى الكائن الحى تنشأ عن انحراف العوامل البيئية عن الشروط البيولوجية المثلى اللازمة لحفظ بقائه ، وبالتالى إن الحاجة عند

هل عبارة عن متغير فرضى ، وظيفته تحقيق التوازن بين الكائن الحى والعوامل البيئية المختلفة ، فإذا نقصت نسبة الماء عن الحد الضرورى للجسم أحس الكائن الحى بحاجته إلى الماء لحفظ بقائه .

والخلاصة أن هل يسلم بوجود حاجات أولية عند الكائن الحى ، وهذه الحاجات إذا افتقدت تنشئ حالة انحراف بين الكائن والبيئة الخارجية ، أى انحراف عن الوضع الطبيعى والإحساس بهذه الحاجات يجعل الكائن الحى يتصرف تصرفاً معيناً يشبع به هذه الحاجات أو ينقصها أو يختزلها ، وبالتالى تتكون لديه عادات معينة لإشباع هذه الحاجات وعملية اختزال الحاجة هى لب نظرية هل . وتتم هذه العملية وفقاً لمبدأ التدعيم الذى يلعب دوراً هامًّا فى نظرية هل ولذلك سنشرحه فيما يلى :

التدعيم : Reinforcement

يرى « هل » أن قيمة عملية التدعيم لاتقتصر على تقوية ميل استجابة معينة للظهور إذا حدثت مثيرات أخرى ، بل تتعدى ذلك إلى تقوية احتمال ظهور نفس الاستجابة إزاء نماذج أخرى مشابهة من المؤثرات ويطلق عليها اصطلاح التعميم . Generalization .

وأمثلة التعميم فى الحياة اليومية متعددة ، فالطفل الذى عضه الكلب ، يخاف الحيوانات عموماً ، بيد أن خوفه من الكلاب عامة أقوى من خوفه من الخيل والقطط ، ولكن قد يكون خوفه من القطط أقوى من خوفه من الخيل ، أى أن للتعميم مراتب .

الانطفاء Extinction :

لاتقتصر قيمة التدعيم على أهميته فى تعلم العادة بل إنه ضرورى كذلك لحفظ هذه العادة وصيانتها ، وحينما تحدث الاستجابة المكتسبة دون تدعيم فإن قوة ميل هذه الإستجابة للظهور تأخذ فى التضاؤل تدريجياً ، وهذا التضاؤل هو مايسمى بالانطفاء extinction فجامع اللؤلؤ الذى تيسر له أن يجمع كمية من اللؤلؤ فى بقعة ما من البحر فإنه سيتردد على هذه البقعة مرات متعددة . ولكن إذا لم يحصل من هذه الزيارات المتعددة على نفس ماكان يحصل عليه فى كل مرة فإن هذه الزيارات ستأخذ فى التضاؤل ، لأنه لم يحصل منها على غرضه ، وبالتالى يحدث انطفاء فى عادة المجىء إلى هذه البقعة نظراً لأنها لم تصاحب بحالات تدعيم .

وعملية الانطفاء ليست عملية مطلقة إنما تتوقف على عوامل كثيرة ، فالعادات القوية تقاوم الانطفاء أكثر من العادات الضعيفة ، بمعنى أن استعداد العادة القوية للانطفاء يكون أقل من استعداد العادة الضعيفة له ، كما أنه يوقف على عدد المحاولات غير المثابة (غير المدعمة) .

غير أن آثار الانطفاء تأخذ فى الزوال تدريجياً ، إذيميل جامع اللؤلؤ بعد فترة تطول أوتقصر إلى العودة مرة أخرى إلى نفس البقعة الأولى ويسمى مثل هذا الميل لظهور العادة المخبأة بعد فترة من الزمن لم تحدث أثناءها محاولات تدعيمية بالاسترجاع التلقائى Spontaneous recovery .

فوظيفة الانطفاء هى إلزام الفرد على إجراء استجابات جديدة ، فإذا تحقق الثواب أو الجزاء وكان هذا الجزاء مطرداً ، فإن هذه الاستجابة تقوى وتصبح بمثابة عادة عند الكائن الحى . أما إذا لم يتحقق الثواب لأى من هذه الاستجابات ، فإن الانطفاء والاسترجاع يعملان معاً على إظهار الاستجابة القديمة ، وبذلك

يكون الاسترجاع من عوامل تكيف الكائن الحى مع بيئته فى المواقف التى يكون عدم إشباع الحافز أو اختزاله وقتياً .

ويلاحظ وجه الشبه بين مبادئ نظرية التدعيم التى قال بها « هل » وبين مبادئ التعلم الشرطى التى سبق شرحها من قبل .

إلى أى حد استفدنا من نظرية التدعيم .

تتيح نظرية التدعيم مجالاً طيبا لتفسير كثير من أساليب التعلم فى السلوك فنحن نتعلم الاستجابات التى تدعم ، ونتجنب الاستجابات التى لاتدعم . والتكرار فى حد ذاته غير كاف لحدوث التعلم ، إنما التكرار يجب أن يكون مصاحباً لحالات التدعيم ، والتحسن فى الأداء لا يسير إلى حد لانهائى تحت شروط التكرار والتدعيم إنما يأتى وقت على الكائن الحى . يبلغ فيه التعلم حده الأقصى ولا يزيد بعده .

ويلعب الدافع دوراً هاماً فى التعلم ، فبدون الدافع لايحدث التعليم ، والدافع عند هل إما أولى كالجوع والعطش أو ثانوى كالحاجة إلى العطف أو التقدير ، والدوافع الأولية قليلة ، أما الدوافع الثانوية فتعددة ، نظراً لأن الإنسان يحتك بمواقف فى حياته تكسبه أنماطاً جديدة من الدوافع .

والتعلم يظهر فى صورة عادات والعادات تكوين نحن نفترضـــه أى نلاحظ آثاره والعادات تختلف فى درجات قوتها ، تبعاً لعدد مرات التدعيم التى تكونت فيها العادة .

٣ - التعلم بالاستبصار Insight

كان لاتجاه ثورنديك فى أمريكا اتجاه مضاد فى القارة الأوربية وخاصة فى

ألمانيا ، إذ وجدت مجموعة من علماء النفس تأثرت بنظريات علم الطبيعة ونظرية أينشتين فى النسبية ، واتخذت مجال دراستها موضوع الإدراك والإدراك البصرى على وجه الخصوص ، وهذه المجموعة من العلماء هى مايطلق عليها عادة مدرسة الجشطلت Gestalt والكلمة الألمانية يقصد بها الصورة أو الصيغة ومن روادها الأوائل كوهلر M.Kohler وكوفكا K.Koffka

ويوجه زعماء هذا الاتجاه النقد التالى للتعلم والخطأ أو التعلم الشرطى :

١ - فى التجارب التى أجراها ثورنديك على الحيوانات كان يستخدم أقفاصاً لاتسمح للحيوان بإظهار قدرته على التعلم ، لأن المزاليج والأكر والأزرار التى كان يضعها كمفاتيح للأقفاص كانت أعلى من مستوى إدراك الحيوان بحيث لا يستطيع معالجتها إلا عن طريق المصادفة وهو يتحسس الحل .

فى حين أن الاختبار الصحيح لقدرة الحيوان فى التعلم تقتضى أن تكون عناصر الموقف واضحة ماثلة أمام عينى الحيوان ليستطيع أن يستوعبها فى نظرة واحدة ، فإن كانت لديه قدرة على الملاحظة وإدراك العلاقات تسنى له أن يحل المشكلة بغير هذا التخبط الذى تفرضه طبيعة المشكلة نفسها ، واستطاع أن يربط بين العناصر المختلفة للموقف فى صيغة واحدة وأن يدرك العلاقات بين الوسائل والهدف .

٢ - لاتنكر مدرسة الجشطالت المحاولات والأخطاء فى عملية التعلم لكنها تنكر أنها تخبط أعمى .

٣ - لاتنكر هذه المدرسة عامل المصادفة فى الوقوع على الحل الصحيح لكنها تنكر أنها أهم مايحدث فى عملية التعليم .

وقد قامت هذه المدرسة بعدة تجارب منها التجربة الآتية :

وضع كوهلر أحد القردة الشمبانزى وهو جائع فى حظيرة يتدلى من سقفها

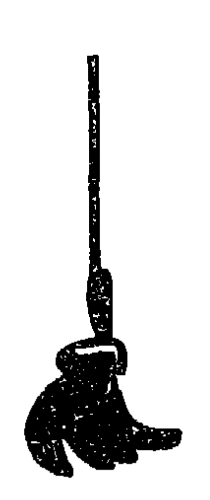
بعض الثمرات مما لايستطيع الحيوان الوصول إليه بذراعه أو بالوثوب إليه وكان بالحظيرة عدة صناديق فارغة.

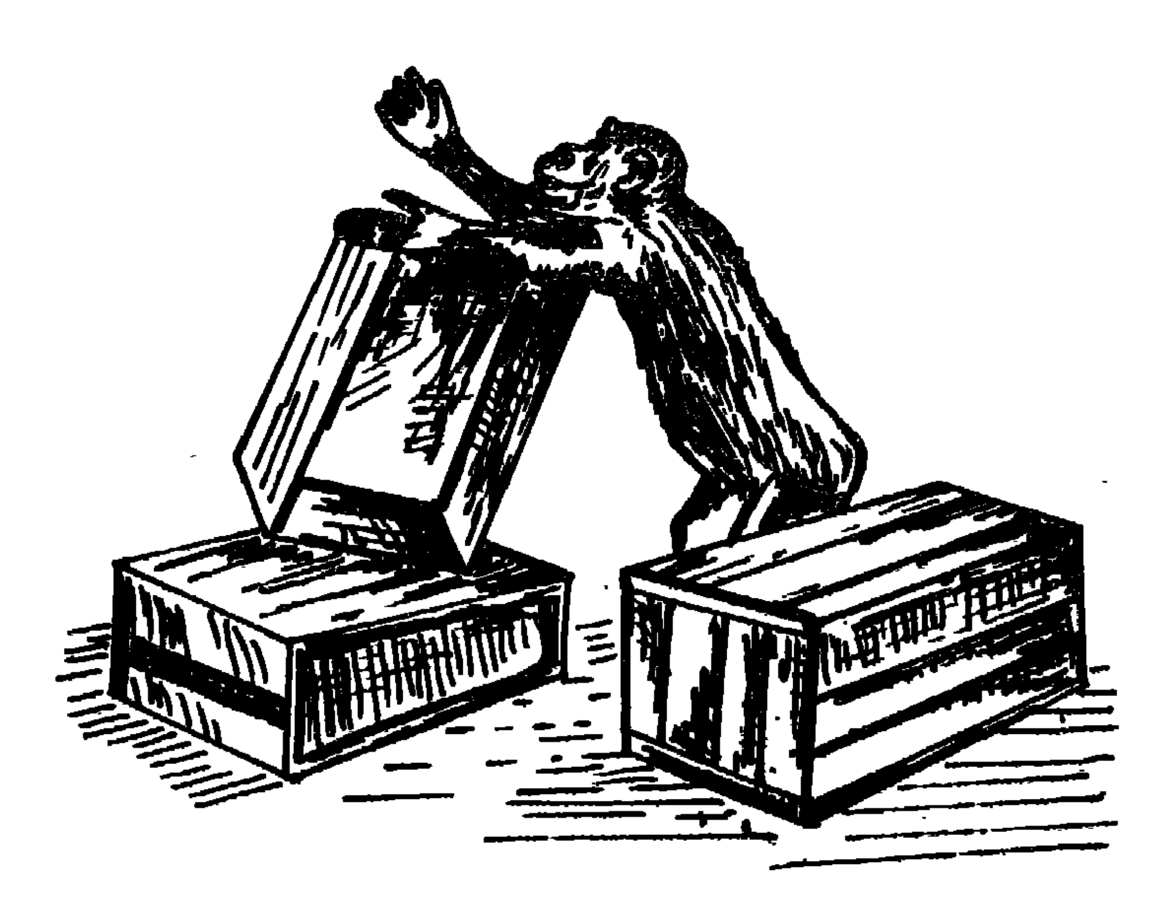
بدأ الحيوان بمحاولات كثيرة للوثوب لم تنته بنجاح. وكان يستسلم بعدها ويرتد إلى مؤخرة الحظيرة غضبان آسفاً، وعلى حين فجأة اندفع إلى أقرب صندوق وأخذ يزيحه حتى أصبح أسفل الموز ثم وثب عليه فلم يفلح فى بلوغ غايته. فاعتراه اليأس والانفعال. وعلى حين فجأة اندفع إلى صندوق آخر فوضعه، ثم إلى ثالث حتى وصل إلى الموز. انظر شكل (٨).

وفى تجربة أخرى وضع أذكى القرود فى التجربة فى حظيرة لها واجهة من قضبان حديدية، وضع خارج الحظيرة بعض الثمرات، الموز التى لايستطيع القرد بلوغها بذراعه. وكان بداخل الحظيرة وفى مجال إدراك الحيوان — قصبتان — أحدهما طويلة لبلوغ الموز إن اتخذها القرد أداة لجذبه — فلبث القرد أكثر من ساعة يجرب كل قصبة بمفردها ويفشل حتى يئس واستسلم وتراجع إلى مؤخرة الحظيرة، ثم شرع يلعب بالقصبتين، وبينما هو كذلك إذا بطرف القصبة يدخل فى طرف الأخرى عن طريق المصادفة فيما يبدو وعندها وثب القرد إلى واجهة الحظيرة وأخذ يستخدم هذه القصبة المركبة فى جذب الموز. وبينما هو كذلك إذ انفصلت القصبتان بعضها عن بعض، فسارع إلى وصلها وظفر بالموز. لكنه لم يقف ليأكل الموز بل طفق يجذب بها أشياء أخرى ملقاة على الأرض وقد بدت على وجهه أمارات الفرح والرضا كما يفرح الإنسان بمسألة حلها أو اختراع وفق إليه.

فلما أعيدت عليه التجربة فى اليوم التالى لم يلبث غير بضع ثوان حتى شبك القصبتين كما فعل أمس.

ويرى كوهلر أن المشكلة قد حلها القرد عن طريق الاستبصار، لأنه استطاع أن يدرك أن القصبة الجديدة قادرة على أن تعينه على بلوغ غايته بعد أن قصرت عن





(شكل ٨)

التعلم عن طريق الاستبصار الذى أثبت وجوده العلامة كهلر بتجاربه على القرود الجائعة . ويتم هذا التعليم عن طريق فهم العلاقة بين عناصر الموقف

ذلك القصبتان الصغيرتان . أى أن حل المشكلة قام على فهمها وإدراك مابين أجزائها من علاقات كانت خافية فى أول الأمر . وبعبارة أخرى لقد قام حل المشكلة على إعادة تنظيم عناصرها عندما أدرك مابين هذه العناصر من علاقات ، وهذا هو الاستبصار . ومما يعزز هذا الرأى :

١ – أن الحيوان انتقل انتقالاً فجائياً من محاولاته الفاشلة العشوائية إلى استخدام القصبة المركبة .

٢ – أن الحيوان حين أعيدت عليه التجربة لم يلجأ إلى التخبط الذى اختفى هذه المرة كأنه فهم سر المشكلة ومفتاحها .

٣ – اهتمام الحيوان بالأداة الجديدة فى ذاتها .

ما أفادته التربية من نتائج الجشطلت :

كان للنتائج التى وصلت إليها مدرسة الجشطلت آثار كثيرة فى التربية الحديثة فى طرق التعلم والتعليم وفى صوغ المناهج وتأليف الكتب وأهم هذه الآثار هى :

١ – فى عملية التعلم (الذهنى والحركى) وفى طريقة التدريس يجب أن نسير من العام إلى الخاص ، ومن المجمل إلى المفصل . وبعبارة أخرى يجب أن لانبدأ بتجزئة الموضوع الذى يراد تعلمه أو تعليمه وإتقان كل جزء على حدة ، ثم الجمع أخيراً بين هذه الأجزاء بل يجب البدء بتعليمه أو تعلمه كوحدة ، فقديما كانوا يتعلمون أو يعلمون العزف على البيانو أو الكتابة على الآلة كاتبة مبدئين بتدريب الأصابع الخمس كل على حدة أما اليوم فيبدءون بتدريب الأصابع كلها وبطريقة إجمالية .

٢ – يجب تنظيم الدروس والمشكلات تنظيماً يوضح ويبرز مابين معالمها

الجوهرية من صلات ، ويخفى المعالم المربكة أو غير الهامة . ويجب أن يراعى هذا فى تدريس الرياضيات بوجه خاص .

٣ – بما أن الجزء لامعنى له فى ذاته ، ولايفهم إلا فى الكل الذى يحتويه فالكلمة لاتفهم إلا من الفقرة ، والفقرة لاتفهم إلا من سياق الجملة ، لهذا لانتعرض لدراسة الحوادث التاريخية أو سير القادة والشعراء إلا بعد دراسة العصر الذى وقعت فيه أو عاش من تؤرخ لهم أى دراسة الأرضية الثقافية أو الإطار الاجتماعى أولاً والظروف المحيطة قبل الشىء الخاص .

٤ – بما أن سيكولوجية التعلم تقوم على سيكولوجية الإدراك الحسى ، لذا يجب الإفادة من هذا فى التعلم والتعليم ، وذلك أن المعلومات على هيئة صيغ وكذلك المعلومات المترابطة أو المتصل بعضها ببعض . ولا ننسى أن التقارب المكانى للأشياء والزمانى للحوادث يعين على الحفظ ويسهل عملية الاسترجاع .

٥ – حل المسألة أو المشكلة عن طريق الاستبصار لا يتأتى إلا إذا رتبت المشكلة بحيث تصبح جميع عناصرها الضرورية ظاهرة للملاحظة فى مجال إدراك الفرد فلو كان حل المشكلة يقتضى استخدام أدوات معينة أو معلومات معينة وكانت هذه الأدوات أو المعلومات خافية ضعف احتمال استخدامها للحل أو أصبح أكثر صعوبة .

تعقيب :

عرضنا النظريات الثلاث المشهورة التى تحاول كل منها أن تفسر عملية التعلم .

والواقع أن هذه النظريات يكمل بعضها بعضاً ، أو كل واحدة منها تفسر لنا نوعاً من أنواع التعلم .

فتعلم المهارات مثلاً كالمشى والقفز وركوب الدراجات والكتابة على الآلة الكاتبة يمكن أن يفسر بوضوح فى ضوء نظرية المحاولة والخطأ .

وتعلم الأخبار والمعانى يفسر فى ضوء نظرية الاستبصار المبنية على إدراك العلاقات بين جزئيات الشيء المراد تعليمه ، ففهم مغزى القصبة مثلاً يتوقف على ربط جزئياتها وفهم مابينها من علاقات .

وتعلم السلوك الاجتماعى يفسر غالباً فى ضوء نظرية التعلم الشرطى ، إذ يأتى الفرد بنوع معين من السلوك فينال – من البيئة التى يعيش فيها – الاستحسان أوالاستهجان وتبعاً لهذا يكرره الشخص ويتعلمه ، أو يقلع عنه ويتناساه . ومن هذا نجد أن التفسيرات الثلاث يكمل بعضها بعضاً فى فهم عملية التعلم فى المواقف المختلفة .

مبادىء يجب مراعاتها فى عملية التعلم :

١ – التمرين على فترات بدلاً من التمرين المستمر :

لقد تبين أن التمرين إذا وزع على فترات كان أثره أجدى من التمرين المستمر ، فالطالب الذى يحاول مذاكرة مادة من مواد الدراسة يتمكن من التحصيل فيها بدرجة أكبر إذا وزع دراسته لها على فترات تتخللها فترات راحة .

على أنه يجب مراعاة أن هناك حد لفترات العمل وفترات الراحة ، إذ يجب ألا تقل فترات العمل عن حد معين كما يجب ألا تزيد فترات الراحة عن حد معين أيضاً .

ويختلف طول هذه الفترات من مادة لمادة ومن عملية لأخرى .

٢ – تنظيم المادة فى كليات ذات معنى :

يجب تنظيم المادة المرغوب تعلمها أو دراستها فى وحدات كبيرة تدرس كل واحدة منها ككل إذ يساعد هذا على إعطاء هذه الوحدات معنى ، وعلى مقارنة الوحدات بعضها ببعض ، وبالتالى إدراك العلاقات بين عناصر المادة المختلفة ، ويجب أن يكون للمادة معنى أيضاً لدى المتعلم إذ أن الدوافع ترتبط بما للمادة المتعلمة من معنى لدى الفرد نفسه .

٣ – تتبع المتعلم لدرجة تحصيله :

تساعد معرفة المتعلم لما حصله على تنشيطه وزيادة تحصيله . ففى إحدى التجارب طلب إلى مجموعتين إحداهما تجريبية والثانية ضابطة (للمقارنة) تعلم شفرة من الشفرات والقيام ببعض عمليات الضرب عقليًّا وما إلى ذلك من العمليات البسيطة ، ويسمح للمجموعة التجريبية أن تلاحظ السجلات التى تبين مدى تقدمها وتحاول زيادة درجاتها . على حين حرمت المجموعة الضابطة من ذلك فأدى هذا إلى تفوق المجموعة التجريبية فى أدائها على المجموعة الضابطة ، فلما قلبت الآية بالنسبة للمجموعتين أظهرت المجموعة الثانية تفوقاً ملحوظاً ، فى حين بدأت الأخرى فى التأخر عنها وقد أكدت هذه النتائج تجارب أخرى مماثلة على التلاميذ .

انتقال أثر التدريب Transfer of Training

ونعنى بانتقال أثر التدريب ، أن تعلم موضوع معين أو التدريب عليه يؤثر فى تعلمنا شيئاً جديداً أو فى التدريب عليه وانتقال أثر التدريب يمكن أن يكون إيجابيًّا أو سلبيًّا ، فالانتقال الإيجابى يحدث حينما يسهل التدريب على وظيفة معينة

التدريب على وظيفة أخرى .

فالتدريب على الفهم اللغوى والدقة فى التعبير تعتبر خير عامل مساعد للتعلم فى المواد الأخرى التى تعتمد على اللغة فى تعلمها . وأما الانتقال السلبى فيحدث حينما يعوق التدريب على وظيفة معينة التدريب على وظيفة أخرى .

ومثال ذلك تعلم لغتين أجنبيتين فى وقت واحد ، كما أن تعلم ركوب الدراجة يساعد فى تعلم ركوب الموتوسيكل ، وتعلم قيادة السيارة المرسيدس يساعد فى تعلم قيادة السيارة الفيات .

وتعلم الطريقة العلمية مثلاً يساعد على التفكير المنطقى وتطبيق الخطوات العلمية فى حله لأى مشكلة .

أما الانتقال السلبى فيحدث حينما يعوق التدريب على وظيفة معينة التدريب على وظيفة أخرى ، ومثال ذلك تعلم لغتين فى وقت واحد .

أسئلة

١ – قارن بين التعلم الشرطى والتعلم بالمحاولة والخطأ ؟

٢ – قارن بين التعلم بالمحاولة والخطأ وبين التعلم بالاستبصار ؟

٣ – كيف نستفيد من العادات الجديدة لنتخلص من عادات قديمة ؟ هات أمثلة ؟

٤ – اذكر عادة حركية اكتسبتها أخيراً كركوب الدراجة أو قيادة السيارة أو لعب التنس ؟ وصف مراحل تكوينها والعوامل التى قامت عليها بقدر الإمكان ؟

٥ – انصح زميلاً بمجموعة من النصائح ليستفيد بها فيما يتعلمه مع بيان السبب ؟

٦ – قارن بين النضج والتعلم ؟

٧ – بين أهمية الدافع فى التعلم .

٨ – اشرح المبادئ العامة للتعلم الشرطى .

٩ – اشرح انتقال أثر التدريب واذكر أمثلة له من حياتك اليومية .

الفصل السادس

التذكر

التذكر هو استرجاع شيء تعلمناه من قبل مع تحديده فى الزمان والمكان كأن يقوم التلميذ بتلاوة قصيدة من الشعر سبق أن حفظها من قبل . وقد لا يتذكر التلميذ ألفاظ القصيدة بدقة . ولكنه يستطيع تذكر معانيها . وقد يتذكر الحركات التى يقضيها للقيام برياضة بدنية معينة أو مهارة يدوية خاصة . وقد يتذكر أشكالاً وألواناً معينة أو أحداثاً ووقائع شاهدها من قبل .

وللتذكر طرق أو أنواع مختلفة :

(١) الاسترجاع Recall وهو الاستحضار التلقائى لشىء اكتسبناه فى الماضى . كأن تخطر فى ذهنى صورة صديق لى أو يتردد فى ذهنى حديث خاص وقع بينى وبينه دون أن أبدى من ناحيتى أية محاولة واضحة لتذكر صديقى أو تذكر حديثه .

(ب) التعرف Recognition وهو حين أرى كتاباً معينا فى المكتبة فأتذكر أننى قرأته من قبل ؛ أو أرى شخصاً فى الطريق فأتذكر أننى أعرفه وأننى قابلته من قبل وتحدثت معه .

(جـ) الاستدعاء Recollection وهو الاسترجاع الإرادى المتعمد لشىء سبق أن تعلمناه ، كما يحدث حينما يبذل التلميذ جهداً فى تذكر الإجابات الصحيحة لأسئلة الامتحانات أو تذكر اسم صديق قديم له ، أو تذكر عنوانه أو رقم تليفونه .

ودراسة التذكر تتطلب دراسة عمليات أربع :

١ – التعلم وقد سبق دراسته فى فصل سابق .

٢ – الوعى والنسيان .

٣ – الاستدعاء والاسترجاع .

٤ – التعرف .

أولاً : الوعى والنسيان :

يقصد بالوعى احتفاظ الفرد بما مر به من خبرات وبما حصله من معلومات وكسبه من عادات ومهارات . وقد دلت التجارب التى أجريت فى موضوع الوعى والنسيان إلى نتائج هامة منها :

١ – أن بين الناس فروقاً كبيرة من حيث قدرتهم على الوعى ومن حيث سرعة نسيانهم ما تعلموه .

٢ – أن مراعاة شروط التحصيل الجيد أمان من النسيان إلى حد كبير .

٣ – أن النسيان يكون فى أول الأمر سريعاً ، أى بعد التحصيل مباشرة ثم يأخذ فى التباطؤ تدريجيًا بمضى الزمن ، حتى يصبح بطيئاً جدًا .

٤ – أن النسيان فى أثناء النهار أسرع منه فى أثناء الليل ولعل ذلك لكثرة أنواع النشاط وتداخلها بعضها فى بعض .

٥ – أن العادات والمهارات الحركية أقل قابلية للنسيان من الأشياء المحفوظة .

أسباب النسيان :

١ – النسيان لعدم الاستعمال

وقد فسرها بعض العلماء بأن الذكريات والخبرات السابقة تسجل فى الجهاز العصبى على صورة آثار عصبية كما تسجل الأغنية على أسطوانة ، وأن هذه الآثار تضعف وتضمر نتيجة لعدم استخدامها . والرأى الغالب الآن هو أن النسيان يحدث بسبب ما يجرى فى الزمن من أحداث ومناشط .

٢ – نظرية التداخل

لاحظ العلماء فى التجارب المختلفة أن النسيان فى أثناء النوم يكون أبطأ منه فى حال اليقظة وكما لوحظ أن الأطفال يتذكرون جيداً ما يروى لهم من القصص قبيل النوم ، على حين لايتذكرون جيداً تفاصيل ما يتلى عليهم من القصص فى أثناء النهار . وعللوا ذلك بأن أوجه النشاط المتعاقبة التى يقوم بها الفرد أو التى تعرض له فى أثناء النهار يتداخل بعضها فى بعض فيؤدى بها هذا التداخل إلى أن يمحو بعضها بعضاً . كما لاحظوا أن الشخص الذى تجرى عليه التجربة إن أتم حفظ موضوع معين كقصيدة من الشعر مثلا ثم شرع بعدها مباشرة فى حفظ مادة أخرى كقائمة من الأرقام ، فإن نسبة ما ينساه من الشعر تكون أعلى بكثير منها لو كان أخذ الفترة التى تقع بين حفظ الشعر وتسميعه فى راحة تامة ، كأن حفظ الأرقام قد تداخل فى حفظ الشعر فعطله فساعد على نسيانه .

وقد دل التجريب على أن أثر هذا التداخل يؤثر فى سرعة نسيان المادة التى حفظت أولا والتى حفظت ثانياً .

٣ – نظرية الكبت :

وترى مدرسة التحليل النفسى أننا ننسى عن طريق الكبت ما لا نريد أن نتذكره ، وما لا نهتم به ، أو ما يثير لدينا ألماً ، وعلى هذا يكون الكبت نسياناً انتقائيًّا ، له وظيفة حيوية هى حماية الفرد مما ينغصه أو يؤلمه ، وقد أظهر التجريب صدق هذه النظرية .

ومن ذلك أن طلب إلى ٥١ طالباً أن يسجلوا كل خبراتهم السارة وغير السارة خلال – الأسابيع الثلاثة التى سبقت التجريب .

وبعد ثلاثة أسابيع من التجربة الأولى طلب إليهم أن يسترجعوا القائمتين ، فظهر أنهم استرجعوا ٤٥ ٪ من الخبرات السارة ، و ٣١ ٪ من غير السارة .

ثانياً : الاستدعاء والاسترجاع :

الاستدعاء وهو الاسترجاع الإرادى المتعمد لشىء اكتسبناه فى الماضى مع تحديد ظروفه الزمانية وهو بذلك يختلف عن الاسترجاع الذى يغلب أن يكون تلقائيًّا دون تعمد أو إرادة . لا يؤدى الحفظ والتحصيل بالضرورة إلى الاستدعاء ، لأن الوعى قد يكون دون ما يسمح بالاستدعاء . وحتى الوعى الجيد لا يضمن الاستدعاء . فقد تعرف اسم شخص لكننا لا نستطيع استحضاره الآن ، وكثير من الطلبة يعرفون الإجابات الصحيحة على أسئلة الامتحان ، ولكنهم فى زحمة الامتحان يقدمون أجوبة خاطئة ولا يتذكرون الأجوبة الصحيحة إلا بعد فوات الأوان .

ومن معوقات الاستدعاء الانفعال الشديد والصدمات وتداخل الذكريات أو الخبرات والأفكار.

ويسهل الاستدعاء.

١ – الاسترخاء وعدم بذل الجهد :

فإذا استعصى على الفرد ذكر اسم شخص أو خبرة معينة وترك المحاولة ويعمل فكره فى موضوع آخر.

قد يثب الاسم إلى ذهنه بعد لحظة من تلقاء نفسه.

٢ – اكتمال الملابسات :

فوجود الفرد فى نفس المجال الذى اكتسب فيه الذكرى يعينه على استدعائها.

٣ – لوحظ أن الأعمال المبتورة أى التى يضطر الفرد إلى التخلى عنها أو عدم إتمامها تكون أسهل فى الاسترجاع عن غيرها.

ذلك أن الفرد حين يقاطع فى أثناء عمله، فإنه يشعر بحاجة شديدة إلى إتمامه واستئنافه ثم يظل يرقب انتهاء المقاطعة، فإن لم يتح له ذلك ظل العمل المبتور مصدر توتر له حتى يتم إنجازه فكان ألصق بذاكرته من الأعمال التى أتمها.

ويطلق علماء النفس على هذه الظاهرة اسم المداومة **Perseveration** ويقصد بها ميل العقل إلى استيفاء مجرى ما لم يكتمل من الأفكار أو المشاعر أو المناشط التى تشغله وهو ميل إرغامى يفرض نفسه على الفرد.

ثالثاً : التعرف :

التعرف هو الشعور بالألفة حيال الأشياء والأشخاص وهو حالة شعورية قد تكون مضمرة أو صريحة ، غامضة أو واضحة وقد تكون سريعة أو بطيئة ، كما لو نظرت إلى شخص يبدو مألوفاً لديك وشعرت بأنك لابد أن تكون قد رأيته فى مكان ما . فلا يزال هذا الشعور ملازماً لك حتى تتذكر أين رأيته وفى أية مناسبة .

وللتعرف صورة أخرى تبدو فى استجاباتنا للأشياء العادية المألوفة كما يتعرف الفرد طريقه إلى منزله ، وهو يفكر فى شيء آخر أو كما يعرف استخدام الأدوات العادية كالكرسى والملعقة والمسطرة والتعرف عرضة للأخطاء أيضاً ومن ذلك :

١ - التعرف الخاطئ للجديد غير المألوف : كأن يشعر الفرد حيال موقف جديد أنه سبق له أن زار هذا المكان ، أو سمع هذا اللحن ولم يسبق له ذلك .

٢ - العجز عن تعرف المألوف : كأن يرى الفرد المألوف فى ظروف غير الظروف التى سبق له أن رآه فيها .

ويقاس التعرف بطرق مختلفة . ومن أشهرها أن تعرض على الشخص المفحوص عدة صور أو أسماء أو كلمات أو مقاطع .

وبعد فترة تعرض عليه مرة ثانية وقد خلطت بأخرى ليتعرف ما سبق أن رآه منها .

العوامل المساعدة على تحسين الذاكرة :

١ - مراعاة القواعد الخاصة بالتعلم والتى سبق ذكرها .

٢ - تحديد ما يرغب الفرد فى تذكره .

٣ - تكرار قراءة المادة المرغوب تذكرها واسترجاعها وتسميعها وتلخيصها .

٤ - حصر الانتباه وتعلم المادة بنية تذكرها .

٥ - التعلم الجيد فى المحاولة الأولى .

التخيل Imagination

الصور الذهنية :

إذا كنت تنظر إلى كتاب أمامك وتراه ، فالكتاب فى هذه الحالة مدرك حسى ، فإن أغمضت عينيك استطعت أن تراه أيضاً وما تراه فى هذه الحالة يسمى « صورة ذهنية » بصرية الكتاب .

وإذا كنت تفكر فى صديق غائب فإنك تستطيع أن تتمثله « فى العقل » وأن تسمع صوته أيضاً وهاتان صورتان ذهنيتان . أولاهما بصرية ، والثانية سمعية .

فالصورة الذهنية إذن خبرة أو واقعة ذات طابع حسى ، يستحضرها الفرد إلى ذهنه فإذا كان الإدراك الحسى هو تفطن الفرد لأشياء حاضرة بالفعل تؤثر فى حواسه فالتصور أو التصور الحسي Reproductive Representation هو استحضار هذه الأشياء فى الذهن على هيئة صورة غيبة التنبيهات الحسية .

أنواع الصور الذهنية :

يستطيع كثير من الأشخاص أن يستحضروا فى ذهنهم الأشكال والألوان التى سبقت لهم رؤيتها أو الأصوات التي سبق لهم سماعها . وكذلك فيما يختص بالروائح والطعوم والملموسات .

ومن الناس من يسهل عليهم تصور المناظر وأشكال الأشياء وآخرون يسهل عليهم تصور الأصوات والأنغام . وقد قيل إن بعض الناس بصريون والبعض

الآخر سمعيون وهكذا . فالبصريون هم الذين تكون صورهم البصرية واضحة وجلية فى قدراتهم أن يصفوها بذكر ألوانها مع تفاصيلها الدقيقة ، فى حين تكون صورهم الذهنية الأخرى غامضة وهكذا يستخدمون أنواعاً كثيرة من الصور الذهنية . وأن أكثر الصور الذهنية شيوعاً هى الصور البصرية والسمعية وهى أكبر أثراً فى تفكير الإنسان من غيرها من الصور ، شأنها فى ذلك شأن المرئيات والمسموعات تغلب الصور الذهنية فى مرحلة الطفولة .

وأغلب الصور الذهنية مركبة ، أى تتكون من عناصر حية مختلفة ، وأننا نصف الصورة عادة بأظهر عنصر فيها فنقول إنها بصرية أو سمعية على حسب الإحساس - . الغالب فيها .

التخيل وأنواعه :

التخيل فى أوسع صوره هو استحضار الصورة الذهنية للخبرات التى سبق أن مرت بالفرد وهى على نوعين .

١ - التخيل الاسترجاعى Reproductive Imagination

وهو مجرد استرجاع صور الأشياء التى سبق مشاهدتها بدون تحديد ظروف هذه المشاهدة فى الزمن أو المكان .

٢ - التخيل الإنشائى التأليفى Constructive Imagination

ويتخذ التخيل التأليفى شكلين رئيسيين .

(ا) **تخيل اتباعى** : يقتصر على تتبع المدركات ومجاراتها دون أن يتسم بطابع الإبداع ، وفى هذه الحالة يقتصر على التأليف بين الصور الذهنية التى تثيرها قراءة

قصة أو قصيدة أو سماع محاضرة أو تتبع برهان رياضى ، وعلى هذا فهو تخيل مقيد ليس فيه إبداع .

(ب) **تخيل إبداعي** : وفيه يبتكر الإنسان تركيباً جديداً من عنده كالشاعر الذى يصوغها قصيدة . أو المهندس الذى يضع تصميماً لمنزل ، أو المخترع الذى يبتكر آلة جديدة أو جهازاً جديداً .

يتخلص الإبداع غالباً فى رؤية الأشياء من زوايا جديدة بأن يفرغ عليها المبدع معنى جديداً ووظيفة جديدة . فالطفل الصغير الذى يأتى بمسطرة أو بعصاً ليخرج بها كرته التى تسربت منه تحت خزانة الملابس ؛ طفل مبدع لأنه رأى فى المسطرة وظيفة جديدة وكثير من الكشوف العلمية والفنية والمخترعات قامت حين أفرغ المخترعون والمكتشفون معانى جديدة على الوقائع التى يعرفها كل الناس .
من ذلك ماكشفه نيوتن من تشابه بين سقوط التفاحة من الشجرة وبين تعلق الأرض فى الفضاء . كذلك الحال حين كشف أرشميدس عن قاعدته المشهورة فى الأجسام الطافية وهو يعوم فى حمام السباحة .

التخيل لدى الطفل والراشد :

يختلف تخيل الصغار عن تخيل الكبار من حيث وضوح الصور الذهنية ومقدارها ، فالصور الذهنية لدى الأطفال أكثر وضوحاً منها عند الكبار . وقد يؤدى هذا الوضوح الشديد إلى عجز الطفل عن التمييز بين المدركات الحسية والصور الذهنية ومن ثم الخلط بينهما ، ويكون هذا بين الثالثة والسادسة من عمره عادة . فهو يستحضر صورة ذهنية لوالدته أو والده ويعتقد تماماً فى أن والدته كانت تعمل فعلا ما تصوره فى ذهنه بينما هو فى الواقع مجرد تخيل .
الطفل فى الثالثة لا يقدر على الخيال التأليفى . بعد هذه السن يستطيع التخيل

لتأليفي والإبداعي .

الطفل بين الثالثة والسابعة يخلط بين المتخيل الوهمي كما ذكرنا والواقعي بين الممكن وغير الممكن . فهو يقص علينا قصة طويلة يؤكد أنه رآها ولكنها مجرد خيال أو رؤى أحلام . كذلك يبدو أثر هذا الخلط فيما يسمى المخاوف الليلية . فيخيل إليه أنه يرى أشباحاً وعفاريت مرسومة على الحائط . وهذا يدعونا إلى الحرص فى اختيار القصص التى نقصها عليهم .

وفى هذه المرحلة يلاحظ عند الطفل « اللعب الإيهامى » فيتخذ الطفل لنفسه رفيقاً وهمياً يختار له أسماء ويتحدث عن أفعاله ومغامراته وقوته وهذا الرفيق الوهمى ما هو إلا صورة ذهنية ، خلع عليها الطفل الحياة وأسقط عليها رغباته التى لم يستطع إشباعها واحتفاظ الطفل بهذه الظاهرة بعد هذه السن يعوق نموه الاجتماعى والخلقى ويحرمه من تعلم الأخذ والعطاء مع الغير .

والطفل العادى يتدرج بين الثامنة والمراهقة إلى التخيل العملى الذى يستهدف إنتاج أشياء مفيدة وابتكار أشكال جديدة ، وتفهم الحقائق العلمية والتاريخية أى يضيق ميدان خياله حتى ينحصر فى دائرة الممكن الذى يتسنى إخراجه إلى حيز الوجود .

فإذا حلت المراهقة ، وهى المرحلة التى يمتلئ فيها صدر المراهق بعواطف شتى وآمال كثيرة التهب الخيال وقوى واتخذ كثيراً من صفات الخيال فى الطفولة الأولى وإن اختلفت مادته فى كل منها . فالمراهق يرنو إلى المستقبل ، يتطلع إلى الشهرة والحب والثروة والحياة العظيمة ، كما ينتقل تدريجيًّا بخياله من بيئته الضيقة إلى الدنيا الواسعة ، ولذلك يشتد شغفه بقراءة كتب الرحلات والمجازفات وتواريخ الأبطال ويجد فى قصص البطولة والشجاعة مجالا رحباً لإشباع هذا الخيال ، فإذا ما انتهت المراهقة وبدأت مرحلة النضج أصبح الخيال واقعيًّا عمليًّا منتجاً .

أحلام اليقظة Day Dreams :

هناك حالات يكون الإنسان فيها شارد الذهن ، يقطع مابينه وبين العالم الخارجي ما استطاع من صلات وعلاقات ، منطوياً على نفسه غارقاً فى بحر من الخواطر ويعرف هذا بأحلام اليقظة . وتبين من كلامنا السابق أنها تكثر فى مرحلة الطفولة وفى فترة المراهقة .

ومن شروط هذه الظاهرة الانسلاخ عن العالم الواقعى وإيجاد لذة فى الانطواء على النفس فراراً من الملل والسام وبحثاً عن تأثيرات عاطفية وانفعالات نضمن بها الحياة الواقعية .

ولأحلام اليقظة درجات من استرجاع سلبى للذكريات والصور إلى إنشاء التصورات الجديدة والابتكارات الفنية . وقد تكون مادة أحلام اليقظة ما اختبره الشخص فيما مضى من الانفعالات والتجارب العاطفية . غير أنها تكون فى أغلب الأحيان متطلعة نحو المستقبل تعويضاً عن الماضى وتخلصاً منه أو فراراً من الحاضر نحو عالم مثالى .

والفنان العالمى أو العالم المجرب يتخذ من أحلام اليقظة وسيلة لتحقيق فكرته ، ولكن الضرر يعود على المراهق من إسرافه فى أحلام اليقظة بدون الربط بينها وبين الواقع ومحاولة الاستفادة منها . فقد يسعى الفرد لتحقيق صورة رائعة من أحلام اليقظة ويكون فى ذلك دافعاً له للعمل والمثابرة وبذلك يربط بين أحلام اليقظة والواقع .

الأحلام :

يستغرق النوم حوالى ثلث حياة الإنسان وينخفض مستوى النشاط الحركى

والذهني كثيراً في أثناء النوم ولكنه لا ينعدم . فليس النوم بحالة سلبية بحتة . بل هو وظيفة بيولوجية لها مركزها العصبي في الدماغ ومنفعتها في تعويض ما فقده الجسم من الطاقة في أثناء النهار . ولا تكون العضلات في حالة ارتخاء تام بل تظل محتفظا بشيء من التوتر ، والدليل على ذلك الأوضاع المختلفة التي يتخذها الشخص في أثناء نومه عن غير شعور منه .

كذلك لا يكون ذهن النائم في حالة سكون تام . فإذا كانت بعض المراكز العصبية الدماغية في حالة شبيهة بحالة التخدير العميق ، فلا يزال بعضها الآخر يواصل نشاطه ولكن على نحو ضئيل متقطع . فقد تثير التنبيهات الخارجية أو التنبيهات العضوية الداخلية ألواناً من الصور الذهنية يراها النائم وهي ماتعرف بالأحلام . غير أن التنبيهات ليست سوى أسباب عرضية لإثارة أحلام تنطوي على معان تفوق في دلالتها المعاني التي يكشف عنها مجرد النظر إلى طبيعة تلك المنبهات ، فالنشاط الذهني وإن كان قد انخفض مستواه لايزال يعمل . ويبدو هذا النشاط لا فيما تتخذه الصور التي تثيرها التنبيهات الحسية من أشكال مركبة مختلفة ، بل في بعث صور جديدة وتنظيمها وفقاً لمنطق مخصوص هو منطق الأحلام المختلف عن المنطق الذي تسير بمقتضاه أفكارنا في أثناء اليقظة .

وهناك صلة بين الأحلام وبين مشاكل النهار وما ورد على الذهن من خواطر وأفكار في أثناء اليقظة ، ويؤثر عن ابن سينا قوله « وكنت أرجع بالليل إلى داري وأضع السراج بين يدي وأشتغل بالقراءة والكتابة . فمتى غلبني النوم أو شعرت بضعف عدلت إلى شرب قدح من الشراب ريثما تعود لي قوتي ، ثم أرجع إلى القراءة ، ومتى أخذني أدنى نوم أحلم بتلك المسائل بأعيانها حتى إن كثيراً منها انفتح لي وجوهها في المنام » .

وقد يكون للحلم صلة بحوادث الحياة الماضية وخاصة بالصدمات الانفعالية

والتجارب العاطفية التى لم تنته وفقاً لرغبة الشخص وترى مدرسة التحليل النفسى أن الحلم هو دائماً إرضاء لرغبة مكبوته ، وحصرت أغلب الرغبات المكبوتة فى دائرة الرغبات الجنسية ، وفى هذا شىء من المبالغة إذ أن المخيلة وبالتالى الأحلام تنم عادة عن طابع الشخصية بأكملها ، ومن الخطأ حصر جميع دوافع الشخصية فى دائرة واحدة ، وهناك رغبات قد تتخذ من الحلم سبيلا وهمياً لإرضائها ، لأنها لاتجد فى عالم الواقع مايرضيها مباشرة . (أما أحلام الأنبياء كحلم يوسف عليه السلام فهذا له حكمه الخاص) وهو نوع من الوحى الذى يوحى به الله تعالى إلى عباده .

أثر التخيل فى حياة الفرد والمجتمع :

١ – بالتخيل يستطيع الإنسان أن يسترجع الماضى وأن يطل على المستقبل فيرى مايحتمل أن يقع فيه وما يمكن أن ينجم عن سلوكه مسلكاً معيناً ، أى يستطيع أن يتنبأ بالمستقبل فيعد له العدة .

٢ – للتخيل صلة وثيقة بالتعاطف بين الناس ، فلو استطعنا أن نتخيل مشاعر من حولنا من الناس ونحس بأحاسيسهم ونتألم لآلامهم ويتكون لدينا إحساسات بالتعاطف بيننا وبينهم فإن فى هذا مايوثق الروابط بين أفراد المجتمع .

٣ – التخيل أساس فى الإنتاج الفنى والتقدم العلمى والحضارى ، فالعلم يقوم على الفروض والنظريات وهذه ثمرة من ثمرات التخيل ، وما يسمى بإلهام الفنان أو الأديب ليس إلا نتيجة نوع من التخيل الإبداعى . فكل ابتكار رهن بهذه القدرة على إعادة تنظيم القديم وصوغه فى قالب جديد .

٤ – للتخيل أثر كبير فى التذوق الأدبى والفنى والاستمتاع بالحديث والفكاهة ، فاستمتاع المرء بما يقرأ من القصص والشعر ، أو بما يرى من الرسوم

الفنية ، أو بما يسمع من الأنغام ، مرهون بقدرته على تخيل مايقرأ وما يرى وما يسمع .

٥ – أحلام اليقظة المعتدلة فيها متنفس للفرد من إسار العالم الخارجى والواقع ، وفيها ينعم الفرد بشيء من الحرية ، وفى الخيال المعتدل مايرضى نفوس الناس جميعاً .

التفكير Thinking

نحن نستعمل لفظ التفكير ليدل على عمليات ذهنية مختلفة تثيرها مواقف سلوكية متباينة ، فنحن نقول مثلاً دعنى أفكر فى المكان الذى قابلت فيه فلاناً ونحن نقصد بهذا عملية التذكر . أو نقول « سأفكر فى عمل تصميم جديد لهذه الزخرفة وفى هذه الحالة فإننا نقصد التخيل ، وآونة أخرى نقول « إن فلاناً تفكيره سليم » ونحن نعنى بذلك أن أحكامه على الأمور سليمة واستدلاله صحيح .

والواقع أن لاصطلاح التفكير فى اللغة الدارجة وفى علم النفس معنيين :

١ – معنى واسع يقصد به أى مجرى من الأفكار والألفاظ والصور الذهنية يعرض لخاطر الفرد كما هى الحال فى التذكر والتخيل وأحلام اليقظة .

٢ – معنى ضيق ينطبق بصفة خاصة على العمليات العقلية من حكم وتجريد وتعميم وتمثيل واستدلال والتفكير من الموضوعات التى يشترك فى دراستها علم النفس والمنطق ، فأما علم النفس فيدرسه من حيث نشأته وتطوره وشروطه وأدواته ومستوياته واختباراته . وأما المنطق فيبحث فى القواعد التى يجب أن يتمثل لها التفكير ليكون صادقاً خالياً من التناقض ، كما يبين لنا ما إذا كنا أصبنا أو أخطأنا أى أنه يبحث فى نتائج التفكير ويقصد بالتفكير هنا التفكير الاستدلالى .

ولعل أهم وظيفة للعقل هى التفكير . فالإنسان يفكر حين تصادفه أى مشكلة ويحاول حلها . وليس معنى هذا أن العقل لا يفكر إلا إذا صادفته المشاكل . فالعقل فى نشاط مستمر مادام أن الإنسان فى حالة يقظة ويمكن تقسيم النشاط الفكرى إلى أنواع .

أنواع النشاط الفكرى

١ – التداعى الحر :

ترتبط الخواطر فى الحياة العقلية بعضها ببعض . ويؤدى التفكير فى واحدة منها إلى استدعاء خاطر آخر . وهذا بدوره يؤدى إلى استدعاء خاطر ثالث . وهكذا تتسلسل الخواطر دون قيود خاصة تحددها وهذا مايحدث حين يجلس الفرد ويدع لخواطره العنان فتتداعى .

لهذا يسمى هذا النوع من التفكير بالتداعى الحر . وأحياناً تستخدم هذه الظاهرة لدراسة الحياة الانفعالية للأفراد فيطلب من الفرد أن يذكر جميع الخواطر التى ترد إلى ذهنه عند كلمة معينة . مثل كلمة منزل « أب » « أخ » « رحلة » وهكذا وبدراسة هذه الخواطر يمكن معرفة كثير من انفعالاته .

٢ – التفكير الخيالى :

كثيراً مايجلس الفرد ويطلق لأفكاره العنان وذلك دون النظر إلى المنطق أو الحقائق أو القيود الاجتماعية وهذا مايحدث فيما نسميه بأحلام اليقظة . ويسمى هذا التفكير الخيالى أو التفكير الاجترارى .

وتتلون أحلام اليقظة بحاجات الفرد الخاصة لا بالواقع الخارجى .

لذلك سمى هذا النوع من التفكير بالتفكير الخيالى الاجترارى .

ويتوقف هذا النوع من التفكير على شخصية القائم به ويسود هذا النوع فى الطفولة والمراهقة خاصة لقلة الخبرة وللضغوط الاجتماعية التى تقع عليهم وتؤدى إلى فشلهم فى إشباع حاجاتهم . فيلجأون إلى أحلام اليقظة كى يتحقق لهم إشباع هذه الحاجات .

٣- التفكير المنظم فى حل المشاكل :

يتم التفكير المنظم إذا صادفت الإنسان مشكلة . وقد بين ديوى Dewey الخطوات التى تتبع فى المنهج العلمى وهذه الخطوات هى :

١ - الشعور بالمشكلة .

٢ - تحديد المشكلة .

٣ - فرض الفروض التى تكون كتخمينات محتملة لحل المشكلة .

٤ - اختبار هذه الحلول المحتملة بالقيام بملاحظات أو تجارب .

٥ - التوصل إلى الحلول .

فالتلميذ الذى يجد نفسه عاجزاً عن المذاكرة يشعر بقلق إزاء هذه المشكلة . ثم يبدأ فى تحديد المواد التى يعجز عن مذاكرتها . ويضع فروضاً لحل هذه المشكلة فيغير من وقت المذاكرة أو طريقة المذاكرة أو الأفراد الذين يذاكر معهم ، وذلك حتى يصل إلى حل المشكلة .

فإذا انتقلنا إلى الطبيعة أو الكيمياء نجد العالم تواجهه مشكلة تقسيم ظاهرة معينة مثلاً ، فيبدأ بتحديد المشكلة التى يريد تفسيرها ثم يفترض فروضاً مختلفة لتفسيرها ، ويبدأ فى معمله يجرب كل فرض من هذه الفروض ، وذلك حتى يتوصل إلى تفسير مقبول للظاهرة ثم يضع قاعدة أو قانوناً يستطيع أن يطبقه على الحالات المماثلة .

ويختلف التفكير فى حل المشاكل تبعاً لهذه الخطوات عن حل المشاكل فى تجارب التعليم التى تتوصل فيها الفيران أو القطط إلى حل بالمحاولة والخطأ ، حتى تتوصل إلى الضغط على سقاطة أو زر للوصول إلى الطعام ، لأن [illegible] كلات بالتفكير المنظم عبارة عن عملية عقلية ، قد يتم فيها شىء من المحاولة والخطأ بالعقل ، إذ تستدعى المشكلة الخبرات السابقة التى يجربها الفرد الواحدة بعد الأخرى لعلها تهديه إلى الحل ، فإذا لم تكن خبرات الفرد كافية للوصول إلى الحل فإنه يؤجل ذلك حتى يتمكن من الوصول إلى معلومات جديدة .

وهكذا نجد أن فى التفكير المنظم نوعاً من المحاولة والخطأ غير أن هذا النوع يتم عقلياً .

٤ – التفكير الابتكارى :

لقد تطورت البشرية بتقدم الاختراعات التى هى نتاج للتفكير البشرى ، وقد تمكن الإنسان بعلمه واختراعاته من استغلال البيئة والسيطرة عليها .

ولا يقف تفكير الإنسان عند حد فى ذلك . لهذا يهمنا إلى جانب معرفة خطوات التفكير أن تعرف كيف كان يفكر العلماء حين توصلوا إلى اختراعاتهم ، وقد توصل علماء النفس إلى معرفة ذلك بدراسة ما ذكره العلماء عن أنفسهم . وطريقتهم فى التفكير الابتكارى .

قد حلل ولاس Wallas التفكير الابتكارى فى أربع مراحل .

(أ) الإعداد

(ب) الحضانة .

(حـ) الإلهام .

(د) التحقيق .

(أ) الإعداد أو التحضير :

تبين من دراسة حياة العلماء الذين توصلوا إلى اختراعاتهم أو نظريات علمية وكبار الفنانين ممن تميز إنتاجهم بالابتكارية أنهم مروا بمرحلة إعداد أو تحضير هيأتهم للتوصل إلى ماتوصلوا إليه .

فنى هذه المرحلة يحصل العالم على معلومات ومهارات فى ميدانه ، إذ يطلع على كل الدراسات التى تمت بصلة إلى ميوله ، ويكون حساساً لمظاهر الاتفاق والاختلاف بين الآراء المختلفة ، ويكون قادراً على الاهتداء بملاحظات خاصة سواء من عنده أو لعلماء آخرين .

(ب) الحضانة :

وهى مرحلة لا يتنبه فيها العالم إلى المشكلة التى يبحثها ، فيتحرر فكره من الأخطاء التى علقت به ، وتتفكك عناصر المشكلة مما يؤدى إلى ظهور علاقات جديدة بينها لم تكن واضحة من قبل .

(جـ) الإلهام :

فى هذه المرحلة يدرك العقل العلاقات الجديدة بين عناصر المشكلة فيثب الحل الصحيح إلى الذهن فجأة وهذا هو مايسمى بالإلهام .

(د) التحقيق :

أما التحقيق فيقصد به أن العالم بعد حدوث الإلهام يحاول بيان صحة الحل الذى وصل إليه بوضعه موضع الاختبار .

٥ – الخيال الابتكارى :

ويعتبر الخيال الابتكارى الذى يقوم به الفنانون والشعراء نوعاً من التفكير الابتكارى ، ذلك أن الفنانين يعطوننا معانى فيها خلق وابتكار ، وتشبه العمليات الفكرية التى يمر بها الفنان العمليات الفكرية التى يمر بها العالم.

أسئلة

١ – ما المقصود باصطلاح التفكير وما أنواع النشاط الفكرى ؟

٢ – هات مشكلة عرضت لك فى دراستك – بين الخطوات التى اتبعها لحل هذه المشكلة ؟ وما مدى انطباقها على المنهج العلمى ؟

٣ – « نحن من دون الإحساس لا ندرك شيئاً – وبالإحساس وحده لاندرك شيئاً » اشرح ذلك ؟

٤ – اذكر حادثاً اختبرته بنفسك وترك فى ذاكرتك أثراً قوياً ؟ مع تحديد جميع الظروف الزمانية والمكانية التى أحاطت بها الحادث ؟
ثم بين العوامل الذاتية والموضوعية التى أدت إلى تثبيت ذكرى الحادث وإلى سهولة أستدعائها ؟

٥ – أذكر مثلاً لتبين أثر الذاكرة فى الإدراك ؟

٦ – تصفح صحيفة أو مجلة واذكر العوامل المختلفة التى تجذب انتباهك بوجه خاص وإلى مابها من موضوعات ؟

٧ – ما الوظائف الرئيسية التى يقوم بها التخيل فى الحياة النفسية للأطفال ؟

٨ – كيف تستطيع تهذيب خيال الطفل وتدريبه واستغلاله ؟

٩ - ما أوجه الشبه بين أحلام اليقظة والأحلام ؟

١٠- انقد المثل الذى يقول « آفة العلم النسيان » مبيناً أن للنسيان وظيفة إيجابية تساعد على العكس على زيادة المعلومات ؟

١١- ارو آخر حلم رأيته فى المنام وحاول ألا تزيد عليه شيئاً أو تنقص منه ، بل أثبت ماتذكره بقدر ماتستطيع من الأمانة ، أعد سرد الحلم مرة ثانية بعد أسبوع وقابل بين الروايتين وعلق على ماأصاب الرواية الثانية من اختلاف ؟

١٢- قارن التخيل عند الطفل والراشد ؟ ثم بين أضرار وفوائد أحلام اليقظة ؟

١٣- عرف الاصطلاحات الآتية :

التعرف - الاستدعاء .

الفصل السابع

الذكاء Intelligence

اختلف علماء النفس فى نظرتهم إلى الذكاء ودراستهم إياه اختلافاً كبيراً . وهذه بعض تعاريف الذكاء :

ويقول كلفن : Calvin إن الذكاء هو القدرة على التعلم .

ويقول شترن : Stern إن الذكاء هو القدرة العامة على التكيف عقليًّا طبقاً لمشاكل الحياة وظروفها الجديدة .

ويقول كوهلر : Kohler إنه القدرة على الاستبصار أو إدراك العلاقات

ويقول بيرت : Burt أنه القدرة المعرفية الفطرية العامة .

ويقول تيرمان : Terman إنه القدرة على التفكير المجرد أى على التفكير الذى يعتمد على الرموز اللغوية ومعانى الأشياء لا على ذواتها المادية المجسمة . ويمكن أن نقسم تعاريف الذكاء إلى ثلاثة أقسام :

١ – تعاريف تؤكد أن الذكاء هو قدرة الفرد على تكيفه مع البيئة ، وتبعاً لهذه التعاريف يعتبر الذكاء قدرة عقلية عامة تساعد الفرد على مجابهة المواقف الجديدة وحل المشاكل . أى أنه القدرة على أن يعيد الفرد تنظيم أنماط سلوكه حتى يتمكن من مجابهة المواقف الجديدة .

وبهذا الشكل يكون الشخص الذكي هو الشخص القادر على أن ينوع من سلوكه ويغيره كلما تغيرت الظروف ، على حين يكون الشخص الغبي هو الشخص الذى لا يمكنه تعديل سلوكه إذا ماتغيرت الظروف .

٢ – والنوع الآخر من التعاريف يعرف فيها الذكاء بأنه القدرة على التعلم . وتبعاً لهذه التعاريف يتحدد ذكاء الفرد بمدى قدرته على التعلم بالمعنى الواسع . فكلما ازداد ذكاء الفرد ازدادت قدرته على التعلم ، وبالتالى ازدادت خبراته وزاد نشاطه .

٣ – والنوع الثالث ينظر إلى الذكاء على أنه القدرة على التفكير المجرد . ويعني هذا القدرة على استعمال المفاهيم النافعة والرموز المختلفة للتصرف فى المواقف المختلفة خاصة تلك المواقف التى تتضمن مشاكل يتطلب حلها استعمال الرموز اللغوية أو الرموز العددية .

طبيعة الذكاء وتكوينه

هناك نظريات ثلاث على طبيعة الذكاء :

١ – نظرية ثورنديك **Thorndike** الذى يرى أن الذكاء يتكون من عدد كبير من العناصر أو العوامل المنفصلة . وكل عامل أو عنصر يدل على قدرة من القدرات ، وتبعاً لهذه النظرية فكل عملية عقلية تتضمن عدداً كبيراً من هذه

العناصر الدقيقة ، فالقدرة الحسابية تتطلب عدة عمليات يدخل فيها استعمال الأرقام ، والقدرة اللغوية تتطلب قدرات أخرى وهكذا .

٢ – عارض سبيرمان Spearman هـــذه النظرية وتبعاً لأبحاث قام بها جاء بنظرية العاملين . وتتلخص فى أن أى نشاط عقلى يعتمد أولاً وأخيراً على عامل عام يدخل فى كل العمليات العقلية ويرمز له بالحرف (G) General Factor وهو يوجد لدى كل فرد ولكن بدرجات متفاوتة ويدخل فى العمليات العقلية بدرجات متفاوتة أيضاً .

ثم أضاف سبيرمان إلى العامل العام عاملاً آخر هو العامل الخاص Special Factor ويرمز له بالحرف (S) وهو عامل نوعى يقصر أثره على بعض العمليات العقلية المعينة . ثم أضاف بعد ذلك عاملاً ثالثاً هو العامل الجمعى أو العامل الطائفى ، ويعزى إلى هذا العامل الارتباط الموجود بين مجموعة من العمليات المتشابهة .

٣ – النظرية الثالثة نظرية ثرستون Thurstone وتسمى نظرية العوامل الأولية أو الطائفية وقد وضع اختبارات تقيس هذه العوامل وهى فى نظره كما يلى :

١ – العامل العددى : وهو القدرة على أداء العمليات الحسابية بسرعة ودقة .

٢ – العامل اللغوى : وهو القدرة على فهم الألفاظ وهو يوجد فى الاختبارات التى تتضمن اللغة .

٣ – العامل المساحى : ويدخل فى العمليات التى تتطلب من الفرد حل مشكلة تتطلب تصور الأشياء التى تشغل حيزاً وفراغاً ، أى تتطلب القدرة على التصور البصرى المكانى .

٤ – عامل الطلاقة اللفظية : وهو القدرة على استخدام الألفاظ بسهولة وهو يدخل فى العمليات التى تتطلب من الفرد التفكير فى كلمات منفصلة بسرعة .

٥ – عامل الذاكرة الصماء : ويظهر فى القدرة على الحفظ بسرعة والتذكر السريع المباشر.

٦ – عامل سرعة الإدراك : وهو القدرة على إدراك أوجه الشبه أو الاختلاف بين عدة أشياء .

٧ – عامل الاستقراء : وهو القدرة على الكشف عن مبدأ عام فى عدة أشياء .

ويمكن القول الآن إن علماء النفس ينتفعون من جميع هذه النظريات ويحاولون التقريب بينها وأنها فى الواقع لا تتعارض كما يبدو لأول وهلة .

فالعامل العام من حيث هو قدرة عقلية عامة ، ومن حيث هو القدرة على القيام بأعمال مفيدة وظيفياً أصبح حقيقة هامة لا يرقى إليها الشك .

أما فيما يختص بالعوامل الطائفية فهى عبارة عن عوامل مشتركة بين مجموعة من الأعمال إلا أنها لاتدخل فى جميع مظاهر النشاط العقلى ، بل بالأحرى تدخل فقط فى تلك الأعمال المتحدة فى الموضوع أو فى الشكل وقد ثبت حتى الآن من هذه العوامل الطائفية أو القدرات الخاصة مجموعة كبيرة منها القدرة الرياضية أو القدرة اللغوية ، والقدرة الموسيقية ، والقدرة العلمية ، والقدرة على التصور المكانى البصرى والقدرة اليدوية على الاستدلال المنطقى ، والقدرة على الرسم والتذوق الفنى .

وعلى هذا الأساس يمكن القول أنه لايمكن أن يوجد شخص يتمتع بقدرة خاصة من درجة عالية دون أن يكون متمتعاً بنسبة عالية من العامل العام ، فالمتفوق فى الرياضة مثلاً يكون متمتعاً بنسبة عالية من العامل العام إلى جانب تمتعه بالقدرة الرياضية وهكذا .

متى يقف النمو العقلى :

إذا كان الذكاء فطريًّا ينمو مع الفرد تدريجيًّا ، فهل هناك سن معينة يبلغ فيها نضج هذه القوة العامة منتهاه ؟ نعم لنمو الذكاء غاية ينتهى إليها ثم يقف وتتراوح بين سن الرابعة عشرة والثامنة عشر ، وتقول نتائج الأبحاث التى دارت حول هذا الموضوع إن ذكاء الأفراد المتوسطين فى نسبة الذكاء يقف فى نموه عند سن السادسة عشرة ، أما فى حالات الأفراد الذين هم دون المتوسط فإن نموهم العقلى يتوقف عند الرابعة عشرة ، ونجد نمو الذكاء للأفراد الممتازين يستمر حتى الثامنة عشرة .

وليس معنى توقف النمو لهذه الطاقة الفطرية ، انعدام قدرة الإنسان على اكتساب الخبرة والتعلم . فالتدريب له دخل كبير فى مداومة أداء هذه الطاقة على أداء وظيفتها .

ولذلك نجد أن الذكاء بعد توقف نموه يظل ثابتاً إلى سن الثلاثين تقريباً ثم يأخذ فى الانحدار قليلاً عند الأشخاص الذين لا يشتغلون بالمهن العقلية ، لأن حياتهم تأخذ فى الاصطباغ بالعادات المألوفة لديهم التى تولد عندهم نوعاً من الثبات فى السلوك ، كما أن حياتهم تكاد تخلو من المشاكل التى تجعلهم يحافظون على مستواهم العقلى السابق .

قياس الذكاء

كما يختلف الناس فيما بينهم بالنسبة للقدرات الخاصة ، فهم يختلفون كذلك فى نسبة الذكاء التى تتمتع بها كل منهم ، وفى المراحل الأولى للتعليم والتى تسبق التوجيه المهنى يتطلب تقسيم التلاميذ إلى فصول حسب استعداداتهم العامة ووفقاً

لنسب ذكائهم ، حتى يكون كل تلميذ مع قرنائه فى الفصل على مستوى واحد .

وهناك مقاييس للذكاء يستعان بها فى التقسيم ، وهى تقيس قدرة الفرد العامة على التصرف فى المشاكل التى تعترضه . ويمكن أن نصنف الاختبارات المستعملة فى قياس الذكاء حسب موضوعها كما يلى :

أولاً : اختبارات لفظية واختبارات غير لفظية أى عملية .

ثانياً : اختبارات فردية أو اختبارات جمعية حسب ادائها .

ثالثاً : اختبارات المواقف .

وسنتكلم عن كل من هذه الأنواع فيما يلى :

١ - **اختبارات لفظية فردية** : وأشهرها اختبارات بينية Binet وقد ترجم إلى العربية ويمكن تطبيقه فى البيئة العربية .

أمثلة من اختبار بينيه
(سن ٨ سنوات)

١ - عد بالعكس من ٢٠ إلى ١ .

٢ - عد أيه اللى حقك تعمله إذا . . . .

(أ) . . كسرت حاجة بتاعة واحد ثانى .

(ب) . . إذا كنت وأنت خارج رايح المدرسة تشوف إن الميعاد قرب يفوت .

(حـ) . . . . إذا كان واحد من اللدين يلعبون معك داس على رجلك من غير قصد .

٣ - اذكر أوجه الشبه بين :

(أ) الخشب والفحم .
(ب) التفاح والبرتقال .
(حـ) النحاس والفضة .
(د) المركب والسيارة .

٤ – اختبارات لفظية جمعية ويمكن تطبيقها على عدد من التلاميذ وأشهرها فى العربية اختبار الذكاء الابتدائى واختبار الذكاء الثانوى .

٥ – الاختبارات غير اللفظية العملية ومنها اختبارات متاهات أو تركيب مكعبات أو ترتيب أشكال فى لوحة تبعاً لتوقيت مخصوص ، وهذه يمكن أن تكون فردية أو جماعية .

٦ – اختبارات المواقف : وقد كان وجودها ثمرة لما واجه علماء القياس العقلى من مشكلات عملية إذ وجدوا أن اختبارات الذكاء لا تقيس القدرة العقلية العامة من الناحية العملية ، وهى ناحية هامة بالنسبة لبعض الظروف العملية مثل قياس ذكاء المجندين فى الجيوش الحديثة . وقد وضعت عدة اختبارات تضع الفرد أو المجموعة فى موقف معين ويطلب منهم التصرف أو العمل على تنفيذ ما يطلب منهم فى فترة محددة .

نسبة الذكاء

لمعرفة نسبة ذكاء فرد وضع بينيه قاعدة خاصة يتوصل عن طريقها إلى هذه النسبة وتتلخص هذه القاعدة فى أنه وضع اختبارات لكل سن من ثلاث سنوات إلى ١٦ سنة يمكن أن ينجح فيها الأفراد المتوسطو الذكاء .

واعتبر بينيه أسئلة الاختبار التى يستطيع أن يجيب عليها أغلبية الأطفال فى سن معينة أساساً لتحديد العمر العقلى لهؤلاء الأطفال . فمثلاً الأسئلة فى الاختبار التى يجيب عليها أغلبية الأطفال فى السن العاشرة تعتبر مقياساً للعمر العقلى لأطفال هذا السن . ويكون العمر العقلى فى هذه الحالة هو عشر سنوات وهو نفس العمر الزمنى ، فإذا طبق الاختبار على طفل عمره الزمنى ١٠ سنوات وأجاب على الأسئلة التى يجيب عليها أغلبية الأطفال فى سن العاشرة ، يصبح عمره العقلى أيضاً ١٠ سنوات وتحدد نسبة ذكاء هذا الطفل بالمعادلة التالية .

نسبة الذكاء = العمر العقلى ÷ العمر الزمنى × ١٠٠

وبذلك تصبح نسبة ذكاء الطفل كما يلى :

نسبة الذكاء = ١٠ ÷ ١٠ × ١٠٠ = ١٠٠

واعتبر بينيه أن درجة ١٠٠ فى اختبار الذكاء تدل على ذكاء متوسط . أما إذا اختبرنا طفلاً عمره عشر سنوات وأجاب على أسئلة الاختبارالتى يجيب عليها أغلبية الأطفال فى سن ١٢ سنة فإن نسبة ذكاء هذا الطفل كالآتى :

نسبة الذكاء = ١٢ ÷ ١٠ × ١٠٠ = ١٢٠

ويكون ذكاء هذا الطفل فوق المتوسط .

أما إذا كان عمره العقلى ٨ سنوات فتكون نسبة الذكاء كالآتى :

نسبة الذكاء = ٨ ÷ ١٠ ×١٠٠ = ٨٠

ويكون ذكاء هذا الطفل أقل من المتوسط .

أسئلة

١ – اذكر التعريفات المختلفة للذكاء ، وناقش كل منها مبيناً رأيك ؟

٢ – اختلف العلماء فى تفسير طبيعة الذكاء ناقش ذلك . ؟

٣ – عرف العمر العقلى ونسبة الذكاء ؟

٤ – اشرح طريقة قياس الذكاء .

الفصل الثامن

الشخصية Personality

للشخصية تعريفات كثيرة يختلف بعضها عن بعض اختلافاً كبيراً ونعرض بعضاً منها :

١ – تعريفات ترى أن الشخصية هى مجموع العادات السلوكية للفرد .

٢ – تعريفات ترى أن الشخصية هى مجموع الصفات والمظاهر الخارجية للفرد .

٣ – تعريفات ترى أن الشخصية هى الاستعدادات الداخلية للشخص والعوامل الخارجية التى تتفاعل معها .

والواقع أن الشخصية تكوين كلى معقد يجعل لكل فرد طابعه الخاص الذى يميزه عن غيره بحيث لايوجد اثنان متشابهان تشابهاً كاملاً .

ولهذا يمكن أن تعرف الشخصية بأنها هى النمط الفريد لسمات الفرد.. وهذا

التعريف يؤكد الفروق الفردية بين الناس وهذه الفروق هي الأساس في القياس النفسي ، إذ أنه لاتوجد معايير مطلقة للسلوك الإنساني بل تقوم على مقارنة الأفراد بعضهم ببعض ، وتحدث المقارنة عادة بين جانب من الجوانب أوعدد محدود منها . والجوانب أو الخصائص التي نضعها في اعتبارنا هي السمات .

السمات التي تدخل في تكوين الشخصية :

فالسمة هي مايميز الفرد نسبيًّا عن الآخرين وهي اصطلاح قد يضيق أو يتسع . فقد تكون السمة إحدى الصفات الجسمانية كالطول أو القصر أو لون الشعر . وقد تكون صفة انفعالية كسرعة الغضب والاتزان ، أو قد تضيق السمة فتشمل إحدى العادات الخاصة كتقلص عضلي مثل الحركات اللاإرادية للعين أو الشفتين أو اليدين . ونورد فيما يلي تقسيماً للسمات التي تدخل في تكوين الشخصية مع ذكر أمثلة من كل منها :

١ – سمات جسمية :

القامة – القوة – الصحة – تناسق العضلات – اللون – الوزن . . . . إلخ .

٢ – سمات فسيولوجية :

وتتعلق بالوظائف العضوية كدقات القلب ودرجة حرارة الجسم وإفرازات الغدد .

٣ – سمات عقلية :

وتشمل الذكاء والقدرات الخاصة بأنواعها .

٤ – سمات سلوكية :

ويطلق عليها اسم السمات الدافعية وتشمل :

(ا) الميول ، كالميل للنشاط اليدوى أو الميل للعمل مع الجماعات .

(ب) الاتجاهات ، بأن يفضل الفرد أنواع النشاط التى تشتمل على نواح اجتماعية أو سياسية أو دينية .

(ج) الحاجة كالحاجة إلى التقدير والحاجة إلى الانتماء وغيرها من الحاجات السابق بيانها فى الفصل السابق .

٥ – سمات مزاجية :

وتشمل تواتر الحالات الانفعالية من حزن وغضب وسرور ، ودرجة تغيير هذه الانفعالات ومدى الانفعال وشدته والاتجاه الانفعالى العام .

نظريات الشخصية :

أولا : نظرية الأنماط

تعتبر النظريات التى تقسم الناس إلى أنماط معينة من أقدم النظريات التى عرفها الفكر الإنسانى ، وأقدم هذه النظريات يرجع إلى اليونان الأقدمين وهى نظرية أبقراط فى الأمزجة . وقد رأى أبقراط أن هناك أربعة أنواع من الأمزجة وهى :

(ا) المزاج الصفراوى :

وصاحبه قوى الجسم عنيف ، سريع الغضب Choleric)

(ب) المزاج الدموى :

وصاحبه متفائل – مرح – نشط – ممتلئ الجسم – سهل الاستثارة – سريع الاستجابة تعوزه القوة والثبات – متقلب فى سلوكه Sanguin

(حـ) المزاج السوداوى :

وصاحبه متأمل – بطىء التفكير – متشائم ينزع إلى الاكتئاب وهو إلى جانب هذا قوى الانفعال ثابت الاستجابة . (Melancholic)

(د) المزاج البلغمى :

وصاحبه بطىء الاستثارة والاستجابة – خامل – بليد – ضحل الانفعال – بدين – يميل إلى الشره . (Phelegmatic)

وفى العصر الحديث حاول كرتشمر مابين ١٩٢٠ – ١٩٣٠ أخذ مقاييس جسمانية للمرضى فى المستشفيات بأمراض عقلية وقد خرج من هذه المقاييس إلى ثلاثة أنماط جسمانية هى :

١ – النمط النحيل : Asthlenicor Leptosmio

وصاحب هذا النمط يتميز بالنحافة وضيق العظام وفقر الدم وجفاف الجلد وطول الذراعين ونحافتها وضعف العضلات أو الافتقار إليها ورقة اليدين .

٢ – النمط الطويل : Athletic

ويتميز الفرد فى هذا النمط بالقوة البدنية وانتشار العضلات فى جسمه وضخامتها واتساع القفص الصدرى ونحافة الخصر وضيق الحوض واكتساء ساقيه وذراعيه بالعضلات .

٣ – النمط السمين : Pyknic

وفى رأيه أن هذا النوع لايكتمل النمو فيه إلا فى أوسط العمر ويتميز باستدارة الجسم واتساع الحوض كذا سمنة الأطراف مع قلة العضلات .

وقد رأى كريتشمر أن النمط النحيل يتسم بالاستعداد إلى عدم ثبات أفعاله وإحساسه وتفكيره أى عرضه لمرض الفصام أى انقسام الشخصية Schizophrenia ، أما النمط السمين فهو يتسم بالاستعداد إلى دورات من الاضطراب يعقبها كآبة فى الأفعال والإحساس وهو يسمى بالجنون الدورى Manic-depressive Psychosis ثم جاء تصنيف يونج Jung الذى رأى أن الناس يمكن تصنيفهم من حيث أسلوبهم العام فى الحياة واهتمامهم الغالب إلى منطو ومنبسط .

١ - فالمنطوى : **Introvert**

يؤثر العزلة ويجد صعوبة فى الاختلاط فيقصر معارفه على عدد قليل منهم ويتحاشى الصلات الاجتماعية ويقابل الغرباء فى حذر وتحفظ وهو متهيب خجول شديد الحساسية دائم التأمل فى نفسه وتحليلها .

٢ - والمنبسط **Extrovert**

وهو يقبل على الدنيا فى حيوية وعنف وصراحة ، ويلائم بسرعة بين نفسه والمواقف الطارئة يعقد مع الناس صلات سريعة ، لايحفل بالنقد ولايهتم كثيراً بصحته أو مرضه أو بالتفاصيل أو الأمور الصغيرة ، ولايكتم مايجول فى نفسه من انفعال ، ويفضل المهن التى تتطلب نشاطاً واشتراكاً مع الناس .

وهذه النظريات جميعاً وغيرها تحدد أنماطاً محدودة لتقسيم الأفراد ، والواقع أن نمطين أو عدداً محدوداً من الأنماط لايكفى لتصنيف الناس جميعاً ، كما أن هذه الأنماط أو الطرز وسيلة للوصف لا التفسير ، وفى كثير من الأحيان لا يتفق وصفها مع الواقع لأنها اعتمدت على مجرد مظهر خارجى قد لايوضح بالضبط شخصية الفرد .

ثانياً : نظرية السمات :

تقول هذه النظرية إن لكل فرد سمات شخصية ثابتة يمكن أن تلاحظ فيه ، كما يمكن أن نفرق بين شخص وآخر أو أن نميز بين الأشخاص بعضهم وبعض على أساس هذه السمات . ومن ناحية أخرى فإن هذه السمات إلى جانب ثباتها فهي عامة بمعنى أن الشخص يمكن وصفه بشكل عام بدرجة كبيرة من الثبات على أساس هذه السمات التي يمكن إسنادها اليه ، وأهم من قالوا بهذه النظرية هو البورت Allport فى كتابه « الشخصية » ، وقد عدد مايقرب من ١٨٠٠٠ سمه ولقد ذهب البورت إلى أن السمات تنتظم فيما بينها بحيث يمكن ترتيبها فى مدرج هرمى تسوده ، إما سمة واحدة كبرى أو رئيسية Caxdinal Trait أو عدة سمات مركزية Central Traits وتلى ذلك مجموعة من السمات الثانوية ، فهناك من الأفراد مثلاً من يبرز عن غيره لأن سمة معينة رئيسية تسيطر على سلوكه كأن نصف شخصاً بأنه شديد الحساسية أو نصفه بالحيوية .

وتتلاقى هذه النظرية الفكر المتطرف الذى ذهبت إليه نظرية الأنماط ، فنظرية الطرز أو الأنماط لا ترى إلا النواحى المتطرفة من الظواهر ، على حين نجد أن نظرية السمات تسمح بوصف الشخصية من عدة نواح أو عدة أبعاد ، فيمكن مثلاً وصف الشخصية من حيث الذكاء ، الحماسية الإنفعالية ، السيطرة وهكذا ، إذ أن كلا منهما يعبر عن سمة من السمات ، إلا إنه إلى جانب ذلك يصعب على عالم النفس وصف السلوك إذ أنه لاتوجد حدود لمفهومات السلوك ، هذا فضلاً عن كثرة عددها .

وقد ظهر تبعاً لهذا منهج جديد للتخلص من هذا العدد الكبير من السمات وهو منهج التحليل العاملى ، وذلك بتجميع العدد الكبير من الصفات أو السمات فى

وحدات أعم وأشمل من كل صفة على حدة . إذ تجمع كل وحدة منها مجموعة من هذه الصفات يرتبط بعضها ببعض ارتباطاً كبيراً . ويعتبر أصحاب هذا الاتجاه أن العوامل تعبر عن تكوينات أو وحدات أو قوى كامنة تعتبر المصادر الأولية لمجموعة السمات السطحية .

فالعدوان والمخاطرة وحب الجدل وإثبات الذات ، إذا وجد أن هناك ارتباطاً بينها فسر ذلك بأن هذه السمات تنبع من أصل واحد . وقد عدد بعضهم العوامل التى تتكون منها الشخصية حسب البحوث التى أجريت إلى خمسين عاملاً ، كما أن هناك من قصرها على عدد أقل من العوامل .

ثالثاً : نظرية التحليل النفسى : Psycho Analysis

ذهب فرويد وأتباعه إلى افتراض وجود طاقة غريزية جنسية عند الفرد سماها ليبدو Libido تدفعه إلى التفاعل مع بيئته وفرض أصحاب التحليل النفسى أموراً أربعة لفهم هذا التفاعل :

١ — تنمو الطاقة الغريزية الجنسية فى اتجاه معين فيما يتعلق بالمناطق الجسمية التى تتركز فيها ، وفيما يتعلق بموضوع الإشباع ، وتحدد هذه المراحل السمات السلوكية التى قد ترتبط بالمواقف التى يمر بها الفرد .

٢ — أن الآثار التى يتعرض لها الفرد فى أثناء تفاعله مع بيئته تؤثر فى شكل سلوكه مستقبلاً .

٣ — لايقتصر الصراع على الصراع بين الفرد وبيئته بل يحدث الصراع بين الفرد ونفسه .

٤ — يسير الصراع بين الفرد وبيئته أو بين الفرد ونفسه تبعاً لقوانين خاصة .

ويتحدث فرويد عن ثلاث مكونات للشخصية هى الهـــو Id والأنا

Ego والأنا الأعلى Super Ego ويحتوى الهو على كل العمليات الموروثة ، وكما يحتوى على عمليات مكتسبة تكونت نتيجة لعملية الكبت فى أثناء الصراع مع البيئة ، والهو هو الذى يدفع الفرد لتحقيق ملذاته وشهواته ولا يعترف بالواقع أو القيم أو القوانين .

الأنا Ego تنشأ عن مواجهة الطاقة الغريزية بواقع البيئة ، وتعمل على تحقيق رغبات الهو بما يتفق والواقع .

الأنا الأعلى Super Ego وينشـــأ عن امتصاص السلطة الخارجية وتمثلها ويقوم بعملية الكف وردع الفرد عن إتيان مايخالف القيم والمثل والقوانين وهو لا شعورى إلى حد كبير .

ويرى علماء النفس التحليلى أن السلوك النفسى يخضع لمبادئ ثلاثة :

(ا) مبدأ اللذة :

وتبعاً لهذا المبدأ فإن الفرد يسلك السلوك الذى يحقق له تجنب الألم ويحدث له الإشباع .

(ب) مبدأ الواقع :

يسيطر هذا المبدأ على سلوك الفرد مع تطور حياته النفسية . ولا تعنى السيطرة زوال مبدأ اللذة بل هو مجرد تعديل له حتى يستطيع الفرد تحقيق اتزانه مع واقع الحياة .

(حـ) مبدأ ما وراء اللذة : (التكرار الإجبارى)

هو ميل الإنسان إلى تكرار الأحداث الماضية سواء كانت مفيدة أم ضارة ،

ويقوم هذا المبدأ على ملاحظة فرويد لسلوك بعض المرضى ، فلقد لاحظ أن الفرد المريض يكرر أساليب من السلوك تزيد من آلامه . ومن الطبيعى أن السلوك لا يرمى منه إلى ازالة التوتر بل ينشأ عن حاجة إلى التكرار .

ولهذا كان لهذه النظرية أثرها فى توجيه النظر إلى حقائق هامة مبينة أن الخبرات التى يمر بها الطفل تؤثر فى سلوكه ، كما وجهت الأنظار إلى اللاشعور الذى يكون جانباً هاماً فى الشخصية ، ولكن وجه إليها نقد بأن المبادئ التى نادت بها غامضة يمكن أن تعتبرها مجرد تسمية للظواهر السلوكية ، أو أنها فروض علمية تحتاج إلى كثير من الدراسات التجريبية للتحقق من صحتها . .

صفات الشخصية

قام فيلفورد وجيلفورد Fuilford and Guil Ford بتحليل نتائج الأبحاث التى تدور حول سمات الشخصية توصلاً منها إلى عدد من السمات الأولية أهمها :

١ – الخجل :

هو سمة يتصف صاحبها بأنه يحاول ألا يظهر على مسرح الحياة الاجتماعية ، وأن يقلل من أصدقائه وأن يميل إلى الهدوء عندما يكون فى جماعة وعدم الرغبة فى الكلام إلى مجموعات كبيرة .

٢ – التفكير والأناة :

وهو سمة فى الفرد تجعله يميل إلى التأمل وتحليل نفسه وتحليل الدوافع التى تدفع الآخرين .

٣ – الاكتئاب :

وهذه سمة تجعل صاحبها يميل إلى الوحدة ، سهل الاقتناع ، يخشى من حدوث مصائب .

٤ – القلق الانفعالى :

وهذه سمة تجعل صاحبها ينتقل من السعادة إلى التعاسة دون سبب ظاهر ويعبر عن انفعالاته بسرعة ويميل إلى ما يسبب استثارة انفعالية .

٥ – الاستهتار :

وهذه السمة تجعل صاحبها يميل إلى عدم المبالاة والاندفاع والسهولة فى مقابل الجدية .

٦ – النشاط العام :

وهذه السمة تجعل صاحبها يميل إلى السرعة والإنتاج الزائد والانتقال من عمل إلى آخر .

٧ – العصابية :

وهذه السمة تجعل صاحبها يتضايق بسهولة من العوامل المشتتة للانتباه ، ولا يستطيع الاسترخاء بسهولة ويصاب بالأرق ، ويقابل هذه السمة الثبات الانفعالى .

الصفات الأساسية التى يمتاز بها الشخص السوى
فى التكوين المزاجى الفطرى

أولا : الثبوت الانفعالى :

أى تكون انفعالاته متوسطة لا هى ضعيفة واهنة بحيث تجعله بليداً فى حياته المزاجية ، ولا هى قوية جامحة بحيث تجعله شخصاً غير ثابت وغير مستقر يتأثر بأتفه الأسباب مما قد يؤدى فى نهاية الأمر إلى العصاب أو المرض النفسى الناتج عن انفعالية دقيقة عالية .

ثانيا : الواقعية فى مجابهة مشاكل الحياة :

أى يكون موضوعياً فى عملية تكيفه مع العالم الخارجى بحيث لا يكون ذاتياً فيرى العالم الخارجى كما تصوره له أفكاره ، ولا أن يكون مثالياً بحتاً تبعده مثاليته عن قيم العالم الخارجى الواقعى ، ولا مادياً بحتاً بحيث تبعده أغراضه الخاصة عن رعاية أغراض الآخرين فى الحياة .

ثالثاً : الثقة والاستقرار والتحرر من الاضطراب الانفعالى الداخلى :

وذلك بمعنى أن تتوازن جميع انفعالاته بحيث لا يوجد ما هو مسيطر متحكم فى الجميع ، بمعنى أن تتعادل الدوافع العدوانية (كالجنس والسيطرة والميل الاجتماعى) مع الدوافع الكابتة (كالخنوع والهرب والحنو والحزن والتقزز) ، كما أنه يكون خالياً من أى دافع قوى عنيف لا يمكن أن يتحكم فيه ذكاء الفرد .

رابعاً : القدرة على إظهار الولاء والاستمرار والأمانة والمناعة ضد مغريات العالم الخارجي .

واحترام الذات بمعنى أن الشخص السوى انفعالياً لا يكون متقلباً فى أغراضه بل لديه القدرة على الاستمرار فى عمل معين لأطول مدة ممكنة ، حتى ينتهى منه على الوضع الذى يشتهيه ، وألا يكون سهل الإغراء بحيث تغريه بعض مشتهيات العالم الخارجى فيندفع فيها ويفقد احترامه لذاته .

بناء الشخصية السليمة :

يمكن تعريف الشخصية السليمة بأنها الشخصية التى تتوافق توافقاً ناجحاً مع مجالها الخارجى .

وقد عنى علماء النفس فى العصر الحديث بدراسة توافق الشخص مع البيئة الخارجية والتمييز بين التوافق الناجح والتوافق غير الناجح ، ومن ثم نشأ ما يسمى بسيكلوجية التوافق الشخصى أو الصحة النفسية ، وإذا استطعنا أن نوفر العوامل التى تؤدى إلى التوافق الشخصى وأن تساعد الفرد على أن يسير فى أدوار نموه من الطفولة إلى المراهقة إلى الرشد بحيث يتمكن من أن يتكيف مع البيئة الخارجية ويوائم بين احتياجاته وموارد البيئة وإمكانياتها ومطالب المجتمع الذى يعيش فيه — إذا استطعنا هذا أمكن أن نبنى شخصية سليمة سوية ، وسنناقش فيما يلى العوامل المؤثرة فى تكوين الشخصية ، وكيف نوفر الجو الذى نتمكن فيه من مساعدة الطفل فى أدوار نموه على بناء شخصية سليمة .

العوامل المؤثرة فى تكوين الشخصية :

يقول جننجز Gennings إن الوراثة لا البيئة هى العامل الرئيسى فى تكوين الشخصية . فكل السعادة وكل الشقاء الذى يصيب الفرد فى حياته مرده إلى الوراثة والتكوين الأصلى . وكل ما نراه من فروق بين الأفراد ترجع إلى الاختلاف بينهم فى تكوين الخلايا التى يولدون بها .

ويقول واطسن Watson أعطنى عدداً من الأطفال الأصحاء الأقوياء البنية ومكنى من أن أهيئ لهم البيئات التى أريدها لهم وسأضمن لك أن أجعل من أى واحد منهم نوع الشخصية التى أريدها وأختارها . فباستطاعتى أن أخلق من أى واحد منهم طبيباً أو فناناً أو تاجراً بصرف النظر عن مواهبه الموروثة وميوله الفطرية وغير ذلك من القدرات التى انتقلت إليه من أجداده . فليس هناك شىء يدعى وراثة المواهب أو المزاج أو التكوين العقلى .

والرأيان السابقان يوضحان رأيين متعارضين كل التعارض ، أحدهما يرى أن الوراثة هى العامل الوحيد المؤثر فى تكوين الشخصية ، ويرى الرأى الثانى أن البيئة هى العامل الوحيد .

ولكن الرأى المتفق عليه الآن هو أن مكونات الشخصية تتأثر بعاملى الوراثة والبيئة معاً ولكن بدرجات متفاوتة . فالوراثة يكون أثرها أكثر وضوحاً فى النواحى الجسمية كطول القامة ولون البشرة ، وكذلك النواحى العقلية الثابتة نسبياً مثل الذكاء والاستعدادات العقلية المعروفة ، والتكوين المزاجى للشخص وهذه كلها تعتمد على تكوينه الطبيعى والوراثى .

أما أثر البيئة فيظهر بوضوح أكثر فى التكوين الخلقى والصفات النفسية والدوافع

التي يكتسبها الفرد بالتعلم والخبرة ، وكذلك ما يتكون عند الفرد من اتجاهات واراء ومثل عليا وما يحصله من ضروب المعرفة والمهارات العملية وأنواع الثقافة .

والآن نتساءل :

هل يمكن أن تساعد العوامل الوراثية على أن تصل أقصى إمكانياتها ؟ وبذلك نوفر العوامل الممهدة لتكوين شخصية سليمة ونهيئ البيئة التي تساعد على الاستفادة إلى أقصى درجة ممكنة من العوامل الوراثية . فالمنزل يمد الطفل بالغذاء لتكوين جسم سليم كما يمده بالجو الاجتماعي الذي تتكون فيه عواطفه وميوله وقيمه واتجاهاته ، وبذلك تمهد لتكوين جسم سليم وشخصية متكاملة تستفيد من إمكانيات الوراثة ومن موارد البيئة .

تأثير البيئة في تكوين الشخصية :

الأسرة : كانت وظيفة الأسرة دائماً ولا تزال تشكيل الشخصية وضبط السلوك ونقل التراث الثقافي من جيل إلى جيل ، والحضارة تصل إلى الطفل عن طريق الأسرة . ولكل أسرة وسطها الاجتماعي الخاص وثقافتها الخاصة واتجاهاتها الخاصة وتقاليدها ، وهذه كلها عوامل لابد أن تؤثر في وظيفة الأسرة الأساسية وهي طبع الطفل في الإطار الحضاري العام ، والسنوات الخمس الأولى لها أهميتها في تكوين الشخصية عند الطفل لأنه لا يكون خاضعاً لجماعة أخرى غير أسرته ، كما أنه في هذه المرحلة شديد الحساسية سهل التأثير سهل التشكيل ، شديد القابلية للإيحاء ، عنيف الانفعال ، قليل الخبرة ، ضعيف الإرادة . لهذا كان للجو المنزلي أثره الكبير في هذه الفترة ويراعى في هذه الفترة ما يأتي :

١ — تجنيب الطفل أنواع الصراع الحاد ما أمكن فلا يختلف الأبوان بحدة

أمامه ، ولا يظهر أحدهما من الحنان الزائد لغيره ما لا يحصل عليه نفسه ، وتجنب التفرقة فى المعاملة بين الأبناء جميعاً ، وتحرص على إعطائهم الفرصة فى الحرية فى اللعب والتفاعل الاجتماعى مع بعضهم البعض وفى توجيههم من وقت لآخر بطريق مباشر أو غير مباشر حسب الظروف ، فإذا اختلف طفلان على لعبة مثلاً فإما أن توفر لكل لعبته أو يشترك مع أحدهما مثلاً فى لعبة أخرى حتى توفر للآخر اللعبة التى يفضلها ، أو توجيه أنظار الاثنين معاً إلى نشاط جديد يجتذب أنظارهما .

٢ – إشعار الطفل بالأمن والحب والحنان .

٢ – توفير وسائل الثقافة اللازمة .

٤ – لا تسرف فى تدليل الطفل ، فالطفل سيخرج إلى الحياة والحياة فيها اخذ وعطاء والبيت يغلب فيه العطاء فقط . والإسراف فى التدليل يغرس فى الطفل التعود على الأخذ دون أن يكلف ببعض الواجبات من وقت لآخر .

أثر المدرسة فى تكوين شخصية التلميذ :

المدرسة هى البيئة الثانية التى يواصل الطفل فيها نموه وإعداده للحياة المستقبلة والتى تتعهد القالب الذى صاغه المنزل لشخصية الطفل بالتهذيب والتعديل بما تهيئه له من نواحى النشاط لمرحلة النمو التى هو فيها . وفى هذا المجتمع الجديد – المدرسة – مجال واسع للتدريب والتعليم والتعامل مع الغير والتكيف الاجتماعى وتكوين الأسس الأولية للحقوق والواجبات والقيم الأخلاقية .

أهم العوامل المدرسية ذات الأثر المباشر فى تكوين شخصية التلميذ :

الروح المدرسية العامة :

وتشمل ما يسود الجو المدرسى من استقرار واضطراب ، وما يتبع فى المعاملة من

شدة أولين ، ومن ثواب وعقاب ، ومن ثبات فى المعاملة وما تحققه من عدل اجتماعى وتقدير واحترام لكل تلميذ مهما كانت طبقته الاجتماعية . فالمدرسة التى تعمل على تكوين شخصية سليمة من جميع نواحيها المعرفية والمزاجية والخلقية وتضع فى برامجها من نواحى النشاط الاجتماعى والعمل ما يتفاعل مع شخصية الطفل كلها هى التى تستطيع أن تحدث تغييراً ملموساً فى تكوين الشخصية .

المدرس :

يمتد أثر المدرس إلى ما وراء النواحى المعرفية والثقافية وذلك لأن المدرس يعتبر المثل الأعلى للتلميذ خصوصاً فى المراحل الأولى . ويقتبس منه التلميذ الكثير عن طريق التقليد والمحاكاة فى أسلوب السلوك وصفات الشخصية الأخرى علاوة على ما يحدثه المربى من توجيه ميول التلميذ واتجاهاته العقلية نحو الأمور المختلفة من هوايات وفنون وآداب مما يكون له أثر كبير فى توجيه حياته المستقبلة . فالمربى هو المصدر الذى يعتبره الطفل النموذج الذى يستمد منه النواحى الثقافية والخلقية التى تساعد الطفل على أن يسلك سلوكاً سوياً .

عامل النجاح المدرسى :

النجاح فى ذاته عامل ذو أثر كبير فى تكوين الشخصية إذ أن النجاح يتبعه عادة تقدير ورضا من الغير وشعور بالارتياح والثقة بالنفس ، أما الرسوب والفشل المتكرر فيتبعه فى العادة تأنيب النفس ونقد الغير وعدم الشعور بالارتياح والرضا ، وكل هذه عوامل نفسية تؤثر فى فكرة الشخص عن نفسه وفى شعوره بالنقص أو شعوره بالكفاية وما ينتج عن ذلك من أثر على الشخصية كلها .

وظيفة المدرسة فى تكوين شخصية التلميذ :

ويمكن مماسبق أن نستخلص وظيفة المدرسة فى تكوين شخصية التلميذ :

١ – لا يقتصر عمل المربى الناجح على تزويد التلميذ بالمعارف والمعلومات بل يعد نفسه مسئولاً كل المسئولية على أن يحقق لتلميذه القدرة على حسن التوافق الاجتماعى والانفعالى بالإضافة إلى عنايته بجانب التحصيل العلمى .

٢ – توفر أنواع النشاط الملائمة لكل مرحلة من مراحل النمو .

٣ – دراسة أسباب فشل بعض التلاميذ ومعاونتهم على التغلب على المشاكل التى تواجههم .

٤ – ربط المدرسة بالبيئة عن طريق الرحلات والندوات ، والمحاضرات والمعسكرات .

٥ – ربط المدرسة بالمنزل بدعوة أولياء الأمور للاشتراك ، والمساهمة فى النشاط المدرسى ، فيستفيد المدرسون من فكرة الآباء عن أبنائهم ، كما يستفيد الأب من معرفة مشاكل ابنه ويعاون على حلها .

بيئة المجتمع العام :

للبيئة العامة أثرها فى تكوين الشخصية وطبعها بالطابع الثقافى لهذه البيئة ويمكن أن نلخص أهم عوامل البيئة فيما يلى :

١ – الموقع الجغرافى للوطن الذى ينشأ فيه الفرد وطبيعة الإقليم نفسه . فالطفل الذى ينشأ فى إقليم صحراوى مثلاً ينشأ على الشجاعة وحب الحرية وإباء الضيم . كذلك الطفل الذى ينشأ فى بيئة يسهل الاتصال بينها وبين جيرانها تكون ثقافته أكثر وقدرته على الاندماج فى الجماعات وتفهم المعايير الثقافية المختلفة أكبر .

٢ – نوع الحياة المدنية ونوع الحرف والصناعات التى يتطلب من الشخص حذقها وإتقانها فى البيئة . فسكان المدن يختلفون عن سكان القرى . وسكان البلاد الصناعية يختلفون عن سكان البلاد التجارية ، والذين يعيشون على الصيد يختلفون عمن يعيشون على الرعى والزراعة .

٣ – النظم والأوضاع الاجتماعية الثابتة نسبياً كالدين واللغة ، والنظام السياسى ، والاقتصادى ومن هنا تظهر أهمية الاهتمام بمراعاة الآداب الدينية والحرص على سلامة اللغة وهما عاملان أساسيان فى تكوين ثقافة الطفل وفى تكوين شخصيته .

٤ – المعايير الخلقية والاجتماعية السائدة ومدى ما يوجد بين الأفراد من انقياد للنزعات للعدوانية وحب الأخذ بالثأر والقتال والحروب أو ميل للمسالمة والتعاون والهدوء والحب والعطف .

العوامل الأساسية فى إحداث التوافق السليم :

أولاً : إشباع الحاجات الأولية والحاجات الشخصية :

ويقصد بالحاجات الأولية الحاجات العضوية أو الفسيولوجية كما قدمنا من قبل ، وبالحاجات الشخصية الحاجة إلى الحب والحاجة إلى النجاح والحاجة إلى التقدير والحاجة إلى الأمن وغير ذلك من الحاجات . وهذه ناحية أساسية فى سبيل تكوين شخصية سليمة متوافقة مع البيئة .

ثانياً : أن تتوافر لدى الفرد العادات والمهارات التى تيسر له إشباع حاجاته الملحة :

لا شك أن هذه المهارات والعادات إنما تتكون فى المراحل المبكرة من حياة الفرد ، ولذا فإننا نجد أن التكيف هو فى الواقع محصلة لما مر به الفرد من خبرات

وتجارب أثرت فى تعلمه للطرق المختلفة التى يشبع بها حاجاته ويتعامل بها مع غيره من الناس فى المجالات الاجتماعية .

ثالثاً : أن يعرف الفرد نفسه :

إذ أن معرفة الإنسان نفسه لتعد شرطاً أساسياً من شروط التكيف الجيد . ومعرفة الإنسان نفسه تتضمن ما يأتى :

١ – أن يعرف الإنسان الحدود والإمكانيات التى يستطيع بها أن يشبع رغباته بحيث تكون واقعية ممكنة التحقيق .

٢ – أن يعرف الشخص إمكانياته وقدراته : ذلك أنه إذا ما عرف هذه الإمكانيات والقدرات فإنه لا يرغب فى شيء ولا تسمح هذه القدرات والإمكانيات بتحقيقه . أما إذا كان جاهلاً بهذه القدرات والإمكانيات فإن رغباته قد تأتى بحيث تعجز هذه الإمكانيات عن تحقيقها ، وعندئذ يكون ما يترتب على عدم تحقيق هذه الرغبات من إحباط ، عاملاً من عوامل اختلال التوافق .

٣ – أن يتقبل الإنسان نفسه : إن فكرة الإنسان عن نفسه من أهم العوامل التى تؤثر فى سلوكه ، فإذا كانت هذه الفكرة حسنة مشوبة بالرضا فإن ذلك يدفعه إلى العمل والتوافق مع أفراد المجتمع ، كما أن ذلك يدفعه إلى النجاح حسب قدراته دون أن يحاول العمل فى مجالات لا تسمح له قدراته بالنجاح فيها .

٤ – المرونة : يقصد بالمرونة هنا أن يستجيب الفرد للمؤثرات الجديدة استجابات ملائمة تحقق التكيف بينه وبين هذه البيئة وبشرط أن يحتفظ بالطابع الأصلى لشخصيته ، ومعنى ذلك أن توافق الفرد يكون أسهل كلما كان الشخص مرناً ، والعكس صحيح فكلما قلت مرونة الشخص قلت قدرته على التكيف فى محيط ظروفه وبيئته الجديدة والحكمة تقول « لا تكن ليناً فتعصر ولا صلباً فتكسر » .

رابعاً : الإيمان بالمعايير الخلقية : (والقيم الدينية) :

ذلك أن الإيمان بالله يعطى الفرد طمأنينة وثقة ويسير على هدى من تقويم مستقيم ، (وأن هذا صراطى مستقيماً فاتبعوه ولا تتبعوا السبل فتفرق بكم عن سبيله) سورة الأنعام آية ١٥٣ .

والإيمان بالمعايير الخلقية يعطى الفرد راحة نفسية كما يجنبه نقد المجتمع عن حق ، ذلك لأن المعايير الخلقية هى قيم اكتسبها المجتمع ويحرص عليها ويكون شديد اللوم لمن يخالفها ، وهذا يعمل على إشعار الفرد بعدم الطمأنينة ، ويسبغ على تصرفاته كثيراً من الحيرة والارتباك .

وعلى هذا فالإيمان بالمعايير الخلقية والقيم الدينية يتيح للفرد اختيار الطريق الذى يسهل له حسن التكيف مع البيئة والمجتمع ، كما يجنبه صراعه مع نفسه .

الصحة النفسية والمراهقة :

إن فترة المراهقة من الفترات الحرجة فى حياة الإنسان وعلى الآباء وأولياء الأمور والمشرفين على الشباب فى هذه الفترة أن يتعاونوا على إرشاد النشء وتوجيههم التوجيه الصحيح حتى يجتازوا هذه المرحلة دون انحراف .

والعلاقات الطيبة بين الوالدين واتزانهم النفسى وعلاقة الصداقة التى تربطهما بابنهما المراهق تقيه من الوقوع فى الأزمات النفسية . ليملأ وقت فراغ المراهق بالرياضة والهوايات المحببة ، فهذا يجعله يندمج فى المجتمع ويبعده عن الانطواء على النفس .

يجب أن نتفهم المراهق ونعامله معاملة الصديق حتى ينمو شعوره ببدء رجولته .

يجب أن يدرب المراهق على تحمل المسئوليات وأن نشعره أنه موضع الثقة

الكاملة حتى تنمو شخصيته .

الصراحة فى تزويد المراهق بالمعلومات الصحيحة تبعده عن المعلومات الخاطئة .

الصحة النفسية فى المجتمع :

يحسن أن يجعل كل فرد لنفسه برنامجاً يومياً يكون فيه قسط للعمل وقسط للراحة فهذا أمان من المرض النفسى .

الانضمام إلى ناد رياضى أو اجتماعى يبعث فى الفرد الاستمتاع بروح الجماعة ويشعره بالراحة النفسية ويرضى حاجته إلى الانتماء .

تجنب كل ما يفسد الجسم من مشروبات ضارة ، وليكن فى تعاليم ديننا نبراس وهداية . لنتفاءل ونبتسم للحياة فيسهل كل أمر عسير ولا نيأس أبداً (إنه لا ييئس من روح الله إلا القوم الكافرون) (سورة يوسف آية ٨٧) .

الدين المعاملة – فلنتعامل مع الناس بما نحب أن يعاملونا به .

وجوانب الشخصية يمكن تلخيصها فيما يلى :

١ – الجانب الجسمى :

ومن هنا تظهر أهمية التربية الرياضية والألعاب والمباريات والفرق الرياضية التى تؤدى إلى تنمية الجانب الجسمى والعضلى والحركى من شخصية الفرد ، ولا يمكن أن يكون هناك نمو متوازن فى جوانب الشخصية دون أن يزاول الفرد رياضة معينة تنمى جسمه وعضلاته وتضفى عليه الحيوية والحركة وتخلق فيه الروح الرياضية .

٢ – الجانب العقلى :

وتظهر أهمية هذا الجانب فى العلوم التى تتناول الجانب الفكرى من الشخصية

من طبيعة وكيمياء وأحياء وإحصاء وجغرافيا وتاريخ وفلسفة واللغة العربية . . . إلخ . وهى العلوم التى تثير قدرات التفكير والتخيل والتصور والإدراك الزمانى والمكانى والقدرة على اتباع التعليمات والتذكر . . إلخ . ويحسن هنا التنبيه إلى أن وظيفة المدرسة يجب ألا تكون مقصورة على تدريب الذاكرة فقط بل جميع القدرات الأخرى العقلية أو الذهنية لدى الفرد وتشجيع الابتكار والتفكير فى حل المشكلات .

تنمية الشخصية المتكاملة

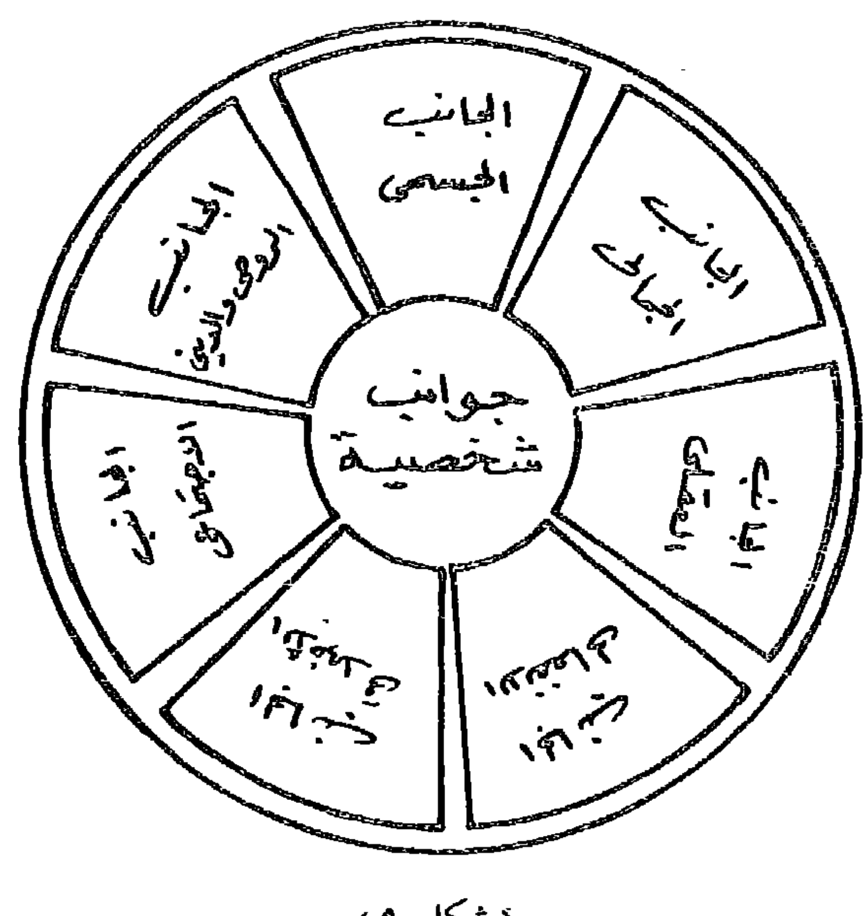
يَقُول عُلَماء النَفْس إن شَخْصِيَة الفَرد لها جَوانب واضِحَة ومَحْدودة وإن نجَاح شَخْصِية الفَرْد وتَماسُك هَذه الشَخْصِية مُتوقِّفان على التَّكَامُل والتَوازُن بين هَذِه الجَوانبِ ، وإن هدف التربية هو تَنْمِيَة جَوانب الشَّخْصِية بحيثُ لا يَطْغَى جَانِبٌ عَلى آخَر (انظر شكل ٩) .

٣ – الجانب الروحى والدينى :

لا يمكن أن تغفل المدرسة ذلك الجانب الروحى لدى كل فرد الذى يكون ركناً أساسيًّا من أركان شخصيته ، فلا حياة بدون الزاد الروحى وإدراك قدرة الخالق وصلة الإنسان بربه ودينه . وتدريس الدين فى المدارسِ وممارسة العبادات من أهم أركان التربية الإسلامية العربية السليمة .

٤ – الجانب الانفعالى والأخلاق :

وهو ركن آخر يعطى الفرد اتجاهاً فى حياته ويزوده بالمبادئ والقيم الأخلاقية



(شكل ٩)

هدف علم النفس والتربية تنمية الشخصية المتكاملة والمتوازنة بحيث لا يطغى جانب على آخر ضماناً للصحة النفسية السوية

السليمة ، ولا غنى لأى مدرسة وأى طالب عن التربية الأخلاقية السليمة القائمة على تنظيم انفعالات الفرد حول المبادئ والأشخاص والسير الحميدة والمثل العليا الصالحة والضمير الخلقي . ولابد من عملية ممارسة مستمرة داخل المدرسة وخارجها للأخلاقيات حتى ينمو هذا الجانب الهام من جوانب شخصية كل فرد .

٥ – الجانب الاجتماعى :

عرفنا أن الإنسان اجتماعى بطبعه وأنه لا يعيش فى فراغ وأن قيمته مستمدة من نظرة المجتمع إليه ، وقيمة المجتمع مستمدة من وجود أفراده ، ولهذا فإن العلاقات الإنسانية والاجتماعية السليمة من أهم الأمور فى تنمية الشخصية المتكاملة . وفى النوادى المدرسية والمجالس المدرسية واللجان والأسر والاتحادات مجال لممارسة التفاعل والتكيف الاجتماعى السليم .

٦ – الجانب الجمالى :

لكل فرد منا جانب فيه تذوق للجمال والفن والرسم والنحت ومختلف الفنون التعبيرية والتشكيلية . وهذا الجانب يمثل الرقة والجمال والتذوق الفنى عند الفرد ، ولهذا فإن هوايات التمثيل والتصوير والرقص الإيقاعى والأناشيد كلها تنمى الجانب الجمالى مما يساعد على تكامل الشخصية .

ومن هذا نرى أن الشخصية يجب أن تنمو داخل المدرسة وخارجها فى مختلف جوانبها واتجاهاتها وبطريقة متوازية . فليس من المصلحة أن ينمو فرد بقوة فى النواحى الجسمية ويصبح لاعباً رياضياً كبيراً ولا يوجد فى عقله شىء . وليس من المعقول أن نكون علماء ومفكرين لا أخلاق لديهم . كما أنه ليس من المعقول أن تكون ربة بيت صالحة دون أن ينمو جانب العلاقات الاجتماعية فيها ، لأن الحياة تعامل وتآلف . وليس من المعقول أن يكون الفرد متديناً دون أن يكون مفكراً ، أو دون أن يقدر الجمال والكمال الفنى أو ألا تكون لديه هواية فنية .

فالشخصية السوية من الوجهة النفسية إذن هى الشخصية المتوازنة المتكاملة والتى لا يطغى فيها جانب على الجوانب الأخرى والشخصية المتوازنة هى مفتاح سعادة الفرد وسعادة المجتمع .

الفروق الفردية : Individual Differences

رأينا فيما سبق تنوع الدوافع النفسية وأثر التعلم والثقافة فى تكوين هذه الدوافع واختلاف العواطف التى تتكون لدى الفرد ، وأن العاطفة السائدة لدى كل فرد تختلف من فرد لآخر.

ورأينا كيف أن الذكاء يختلف من فرد لآخر وأثر ذلك فى التعليم ، كما رأينا أن هناك عوامل مختلفة تؤثر فى التعليم وفى التفكير وفى التذكر والنسيان وغير ذلك من الظواهر العقلية المختلفة.

وقد دلت الأبحاث التى دارت حول الكائنات الحية أنه لا يوجد فردان متشابهان فى كل شىء حتى ولو كانا توأمين تماثلا فى الخلقية والشكل الظاهرى ، إذ يوجد وراء هذا التشابه فى الظاهر اختلاف كبير من الناحية النفسية . فهناك اختلاف فى الشعور والإحساس . اختلاف فى الإدراك والفهم واختلاف فى الميول والنزعات ، كما أن هناك اختلافاً فى شدة الانفعال أو ضعفه ، وفى اعتدال العواطف أو تطرفها وفى سرعة التعلم والتذكر والتفكير. ونتيجة لهذا كله يتباين الأفراد فى معالجة المشاكل التى تواجههم وفى الطريقة التى يختارونها للوصول إلى ما يريدون من حلول .

هذا الاختلاف بين الأفراد فى الناحية النفسية ومقوماتها هو الذى يعنينا فى دراستنا وهو ما نعبر عنه بالفروق الفردية .

وقد صار واضحاً فى السنوات الأخيرة أن الاهتمام بدراسة الفروق فى أى بيئة من البيئات وبين أفراد أى مجموعة إنسانية يزداد يوماً بعد يوم . وأن التعمق فى هذه الدراسة ينمو نمواً مطرداً . ولأنه يهمنا أن نضع الفرد المناسب فى المكان المناسب الذى يتناسب مع قدراته وميوله ورغباته . فكلما زادت معرفتنا لهذه الفروق كان من

السهل علينا أن ندرب الفرد أونقوده إلى ما يراد منه وما يراد له .

وإذا كانت دراسة الفروق الفردية ضرورية لأى باحث يتصل عمله بالمجموعات الإنسانية ، فإن أهميتها وضرورة دراستها مضاعفة بالنسبة للمربى الذى عليه أن يتعرف على هذه الفروق ، ويحاول أن يصل إلى أسبابها ليعالجها قدر استطاعته ، ويكيف سياسته وطريقة عمله تبعاً لما توحى به الظروف المحيطة بتلاميذه من ناحية وبالهدف الذى يحاول أن يصل بهؤلاء التلاميذ إليه من جهة أخرى ، وبخاصة أن الدولة تعتمد عليه فى وضع مناهج الدراسة وفى توجيه التعليم إلى ما تتطلبه حاجة الأمة ، ولن ينجح فى ذلك إلا إذا أخذ فى حسابه اختلاف الأفراد فى الميول والقدرات والكفاءات ، وعمل على تحديد الفواصل الواضحة بين هذه الأمور كلها ، وبذلك يمكنه تقسيم التلاميذ إلى فصول مختلفة وفقاً لنسب ذكائهم وتبعاً لما لديهم من ميول واتجاهات ، وهذا ييسر لنا تجانس المجموعة فى كل فصل من الناحية العقلية الأمر الذى يوفر الكثير من المال والوقت والجهد ، كما أنه ييسر للتلاميذ وقاية طبية من بعض المشكلات النفسية التى تنتاب المراهقين كالتأخر المدرسى والانحراف الهدام ، وأحلام اليقظة التى تستنفد نشاط المراهق فى غير جدوى ، نظراً لأن التلميذ سيكون فى موكب الفصل مع غيره من أقرانه المماثلين له وتكون هناك فرصة متماثلة بين الجميع .

وقد تعددت أبحاث العلماء وأمكن التوصل إلى مقاييس لقياس القدرات العقلية المختلفة والميول ، وعلى أساس هذه المقاييس والاختبارات يمكن معرفة المهن التى تناسب كل فرد من هؤلاء الأفراد كما أن مقاييس الذكاء تيسر توزيع الأطفال على الفصول فى المراحل الدراسية الأولى ، وفيما يلى أمثلة من القدرات العقلية ومعها أمثلة لبعض المهن التى تستلزمها :

١ – القدرة اللغوية :

وهى القدرة على فهم الأفكار والتعبير عنها بالكلام ويحتاج إلى قدر عال منها الكتاب والمعلمون والسكرتاريون .

٢ – القدرة المكانية :

وهى القدرة على تصور الأجسام فى بعدين أو ثلاثة أبعاد ويحتاج إليها المهندسون والمعماريون والميكانيكيون .

٣ – القدرة على الاستدلال :

وهى القدرة على حل المسائل والتخيل والتصميم وهى ميزة عقلية أساسية للأطباء والمحامين والمخترعين والرياضيين .

٤ – القدرة العددية :

وهى القدرة على استخدام الأرقام ومعالجة المسائل العددية فى سرعة ودقة يحتاج إليها المحاسبون والصيارفة والمشتغلون بالإحصاء .

كما نورد فيما يلى بعض الميول التى أمكن قياسها والمهن التى تتصل بها :

١ – الميل للعمل فى الخلاء :

وأصحاب هذا الميل يفضلون العمل خارج جدران المكاتب وفى محيط ذى صلة بالحيوان والنبات . . وتوجد هذه الميول بارزة بين ملاحظى الغابات والفلاحين وزراع البساتين والمشتغلين بالزراعة .

٢ – الميل الميكانيكي :

والشاب المتميز فى هذا المجال يحب معالجة الآلات والعدد ومن هذا الطراز الذين يعملون فى صناعة الساعات وإصلاحها والميكانيكيون والمهندسون .

٣ – الميل الرياضي :

وهو الشاب الذى يجيد استخدام الأرقام ومن هذا الصنف الصيارفة والمحاسبون والإحصائيون .

٤ – الميل الفنى :

وهو يتوافر لدى الذى يميل إلى العمل اليدوى ذى الصبغة الابتكارية ومن البارزين فى هذا المجال المثالون ومهندسو الزخرفة .

٥ – الميل الأدبي :

وهو لدى الفرد الذى يستمتع بالقراءة والكتابة ومن هذا النوع الروائيون والصحفيون والأخباريون والمؤلفون والنقاد والمدرسون .

٦ – الميل العلمى :

وهو لدى الذى يميل إلى حل المسائل واستنباط الحقائق الجديدة ويبرز هذا الميل عادة بين الأطباء والكيميائيين والمهندسين .

٧ - الميل الموسيقى :

ويتوفر لدى الذى يحب العزف على الآلات الموسيقية ويميل إلى الغناء والذهاب إلى حفلات الموسيقى ويهوى قراءة ما كتب عنها وعن البارزين فيها . ومن البارزين فى ذلك مدرسو الموسيقى والناقدون لها والمشتغلون بها .

٨ - الميل للخدمة الاجتماعية :

ويوجد هذا الميل عند من يهتم بمساعدة الناس فى نواحى الحياة التى تتطلب المساعدة ، ومن هؤلاء الممرضات والمعلمون والإخصائيون والاجتماعيون والوعاظ والمختصون فى التوجيه المهنى العلاجى .

٩ - الميل الكتابى :

وهو الشاب الذى يهوى العمل داخل جدران المكاتب ويمثله المحاسبون وموظفو المحفوظات والأرشيف :

توزيع الفروق الفردية فى الذكاء :

لو طبقنا أى مقياس للذكاء فى أى بيئة على مجموعة عشوائية من أفراد هذه البيئة لوجدنا أن نسب الذكاء موزعة بين هؤلاء الأفراد ، بحيث تتركز غالبيتهم حول المتوسط والباقى نجده موزعاً على الطرفين المحيطين بهذا المتوسط ، فما دونه فى طرف هم الضعفاء ، وما فوقه فى الطرف المقابل هم النبغاء .

وقد أعطت جميع التجارب التى عملت فى هذا الحقل نفس النسبة فتقريباً ٦٨,٢٦ ٪ من أى مجموعة متوسطة الذكاء إذ نسب ذكائها تتراوح بين

۹۰ ، ۱۱۰ ، بينما ١٥,٨٧٪ فوق المتوسط فتتراوح نسبة ذكاء أفرادها بين ١١٥ ، ١٥٥ وتبقى ١٥,٨٧٪ دون المتوسط وتشمل من هم أقل من المتوسط ثم ضعاف العقول وتتراوح نسبة ذكائهم بين ٢٥,٨٥٠ . وإذا رسم هذا التقسيم فى شكل بيانى فإنه يعطى ما يسمى بالمنحنى الجرسى ، ويدل على أن التوزيع طبيعى بين أفراد العينة التى أخذت بما يتفق مع التوزيع الموجود فى الظروف الطبيعية فى المجتمع (انظر شكل ١٠)

الوراثة والبيئة :

يمكن القول إن الفروق الفردية ترجع فى تباينها إلى سببين رئيسيين : –

١ – الوراثة .

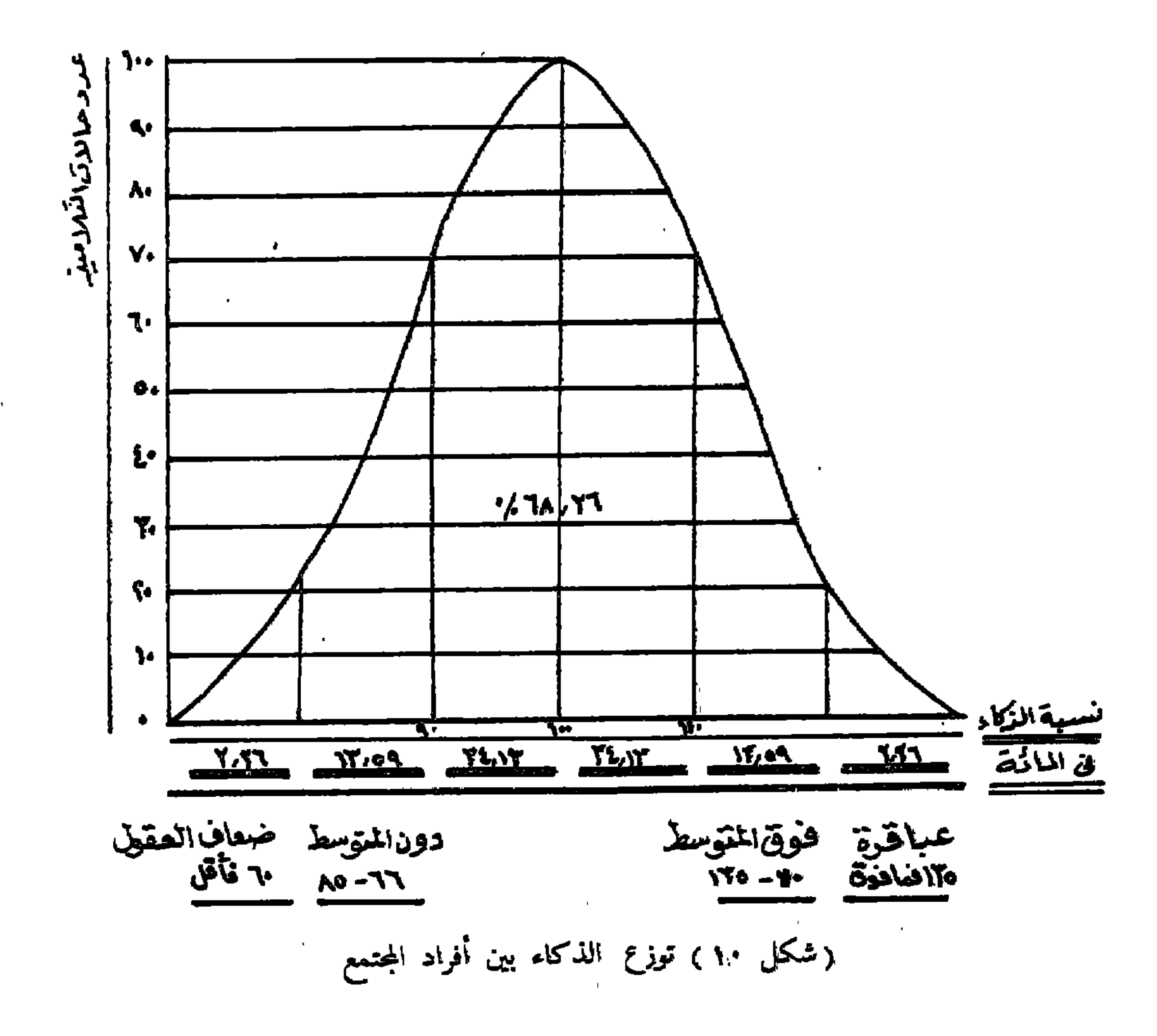
٢ – البيئة .

وليس من السهل أن نعرف إلى أى حد تؤثر الوراثة فى الفرد ، وإلى أى حد تؤثر البيئة لأن الفرد نتاج لهذين العاملين ، وهما متداخلان معاً بحيث لا يسهل فصل أثر عامل عن العامل الآخر .

ومن الدراسات المتعددة تبين أن إصلاح البيئة ومراعاة وحدتها لأفراد متعددين مختلفين لا يؤدى إلى تلاشى الفروق الفردية بين هؤلاء ، ذلك لأن أثر الوراثة ما يزال يعمل عمله وسيظل كذلك . بل إن تشابه البيئة كما أنه لا يقضى على الفروق بين الأفراد ، فإنه كذلك لا يقلل منها كما يظن البعض وإنما هو فى الواقع يزيدها ويبرزها أكثر وأكثر .

فمثلاً بعض الأطفال يميلون بطبيعتهم (الناحية الوراثية) إلى الموسيقى وبعضهم الآخر ليس عنده هذا الميل .

فإذا وضع الأطفال فى بيئة موسيقية فستجد أن الميالين بطبيعتهم لها تظهر



(شكل ١٠) توزع الذكاء بين أفراد المجتمع

مواهبهم وتنمو بواسطة البيئة ، وبذلك تزيد الفروق بينهم وبين الآخرين وتبرز وتتضح . وهكذا يقال فى الذكاء وفى أى قدرة خاصة لأن الموهبة الكامنة تجد غذاءها وعوامل نموها فى البيئة المناسبة لها .

ومع ذلك فإن كيفية استخدامنا للبيئة وتوفير الظروف المناسبة للنمو ولقدرات الأطفال يساعد على حسن استخدام هذه القدرات والميول إلى أقصى حد ممكن لها . وعلى هذا فالمجتمع يحاول دائماً أن يوفر لكل فرد أسباب النمو للقدرات والميول التى يرثها سواء كانت هذه القدرات جسمانية أو عقلية .

أسئلة

١ – صف إحدى الشخصيات التى تعجب بها على ضوء سمات الشخصية التى درستها ؟

٢ –تكلم عن : نظرية الأنماط ؟

نظرية السمات ؟

نظرية التحليل النفسى ؟

٣ – على ضوء صفات الشخصية التى درستها ضع صورة لشخصية متكاملة فى نظرك مع بيان السبب ؟

٤ – ما هى العوامل الموجودة فى المجتمع والتى تساعد على بناء شخصية سليمة ؟

٥ – أيهما أكثر أثراً فى نظرك فى تكوين الشخصية – الوراثة أم البيئة ؟ علل ما تقول ؟

٦ – ما هى العوامل التى تساعد على إحداث توافق سليم للفرد مع البيئة ؟

٧ – كيف تنمى الشخصية المتكاملة ؟

٨ – كيف تستفيد فى المدرسة من معرفتنا الفروق الفردية بين التلاميذ ؟ وما أهم الفروق الفردية بين الأفراد ؟

مصطلحات علم النفس

(ا)

اتجاه	Attitude
اختبارات موضوعية	Objective Tests
إدراك حسي	Perception
الأنا	Ego
الأنا الأعلى	Super Ego
إعلاء	Sublimation
استبصار	Insight
استخبار «استفتاء»	Questionaire
استرجاع تلقائي	Spontanous Recovery
استعداد للقراءة	Reading Readiness
استهواء – إيحاء	Suggestion
انطفاء ، خمود	Extinction
– تجريبي	Experimental
انفعالات	Emotions
استبطان «تأمل باطني»	Introspection
استجابة	Response
انحراف	Perversion

(ب)

باعث	Incentive

(ت)

تقليد	Imitation
تكرار إيقاعي	Rhythm
تعلم	Learning
– شرطي	Conditioning
– شرطي ثانوي	Secondary Conditioning
تعميم	Generalization
تمييز	Discrimination
تلقائية	Spontaneity
توازن	Homeostatis Equilibrium
تجريب	Experimentation
تحليل ذاتي	Self-analysis
تخيل	Imagination
تصور حسي	Reproductive Representation
تخيل إنشائي	Constructive Imagination
تخيل استرجاعي	Reproductive Imagination
تفكير	Thinking
تدعيم	Reinforcement

تدريب أو ممارسة	Practice
تصور زمني	Mental Representation

(ث)

ثواب	Reward

(ج)

جنون دوري	Manic Depressive Psychosis
جلفانو متر	Galvanometer

(ح)

حاجات	Needs
– الأمن	Security
– المحبة	Affection
– التقدير	Recognition
– الحرية	Freedom
– النجاح	Success
– حتمية	Determinism
– ديناميكية	Dynamic
حب	Erros
حسد	Envy

(خ)

Phobia	خوف ، مرض

(د)

Motivation	دافعية
Motive or Drive	دافع
Case Study	دراسة الحالة

(ذ)

Intelligence	ذكاء

(س)

Auto Biography or Life History	سيرة شخصية
Trait	سمة
Cardinal Trait, Centeral Trait	سمة رئيسية

(ش)

Personality	شخصية
Quasia Needs	شبه حاجات

(ل)

لبيدو «طاقة غريزية موروثة»	Libido

(ط)

طاقة	Energy
طريقة	Method
– إكلينيكية	Clinical
– إسقاطية	Projective

(ع)

عقاب	Punishment
عامل	Factor
– ذاتى	Subjective
– موضوعى	Objective
– خاص	Special
– عام	General
علم وظائف الأعضاء	Physiology

(غ)

غيره	Jealousy
غرائز الذات	Ego-Instincts
غريزه	Instinct

(ف)

Hypothesis	فرض
Individual Differences	فروق فردية
Schizophrenia	فصام (انفصام الشخصية)
Failure	فشل

(ق)

Anxiety	قلق
Suggestibility	قابلية للاستهواء

(م)

Perseveration	مثابرة
Interview	مقابلة
Social Survey	مسح اجتماعي
Observation	ملاحظة
Trial and error	محاولة — خطأ
Praising	مدح
Sympathy	مشاركة وجدانية
Life-Space	مجال الحياة
Temperament	مزاج
Phelegmatic	— بلغمي

– دموی	Sanguin
– سوداوی	Melancholic
– صفراوی	Choleric
– منبسط	Extrovert
– منطوی	Introvert
منبه	Stimulus

(ن)

نمط	Pattern
– ریاضی	Athletic
– سمین	Pyknic
– نحیل	Asthenic

المراجع

١ – أجانا باولى : النمو الطبيعى للطفل ترجمة عماد الدين سلطان ووهيب سمعان القاهرة مكتبة الأنجلو المصرية سنة ١٩٥٧ .

٢ – أحمد عزت راجح : أصول علم النفس – القاهرة : الدار القومية للطباعة والنشر سنة ١٩٦٦

٣ – أحمد زكى صالح : علم النفس التربوى – الطبعة التاسعة – القاهرة مكتبة النهضة المصرية سنة ١٩٦٦ .

٤ – أندروز . ت . ج : مناهج البحث فى علم النفس – ترجمة بإشراف الدكتور يوسف مراد القاهرة : دار المعارف سنة ١٩٦١ .

٥ – جردترود ديكول : الطفل – دراسة سلوكه وتوجيهه – ترجمة ليلى يوسف وجابر عبد الحميد .

٦ – دوجلاس توم : توجيه المراهق . ترجمة جابر عبد الحميد ، عزيز حنا ، محمد مصطفى الشعبينى – القاهرة : دار النهضة (العربية) سنة ١٩٥٧ .

٧ – سعد جلال : المرجع فى علم النفس – القاهرة : دار المعارف سنة ١٩٦٣ .

٨ – عبد العزيز القوصى : أسس الصحة النفسية – الطبعة الخامسة القاهرة مكتبة النهضة المصرية سنة ١٩٥٦ .

٩ – عبد المجيد عبد الرحيم : مبادئ علم النفس التربوى – القاهرة – مكتبة النهضة المصرية .

١٠ – عبد المنعم المليجى : النمو النفسى – القاهرة – دار المعارف سنة ١٩٥٧ .

١١ – محمد عثمان نجاتى : علم النفس فى حياتنا اليومية – الطبعة الخامسة القاهرة / دار النهضة العربية سنة ١٩٦٦ .
١٢ – محمود محمد السيد الشربينى ، مصطفى زيدان : سيكلوجية النمو – القاهرة مكتبة النهضة المصرية .
١٣ – محمد مصطفى زيدان : السلوك الاجتماعى للفرد – القاهرة مكتبة النهضة المصرية .
١٤ – محمد مصطفى الشعيبى وآخرون : محاضرات فى علم النفس التربوى – القاهرة مكتبة النهضة المصرية .
١٥ – مصطفى فهمى : الدوافع النفسية القاهرة – مكتبة مصر سنة ١٩٦٠ .
١٦ – مصطفى فهمى : فى علم النفس – القاهرة – دار الثقافة .

Hurlock Elizabeth B: Adolescent Development, New York, Toronto, London, McGraw- Hill Book Co. Inc., 1955.
Morgan Clifford T.: Physiological psychology, 3rd ed. New York, McGraw- Hill Book Co. Inc., 1965.
Pikunas Tustini Psychology of Human Development, New York, McGraw-Hill Book Co. Inc., 1961.
Stone L. Joseph and Church Joseph: Childhood and Adolescence, New York, Random, 1957.

الفهرس

الصفحة

الفصل الثالث

الصفحة

الفصل الرابع

الفصل الخامس

الصفحة

الفصل الثامن

رقم الإيداع	١٩٨١/٢١١٨
الترقيم الدولي	٩٧٧-٧٣٤١-٨١-٤ ISBN

١/٧٩/٥٤

طبع بمطابع دار المعارف (ج. م. ع.)